

भूमिका

एक समय था, जब कि भारतवर्ष में कर्तव्यकाल के श्रुति गान में आर्य-ललनाओं के गो-दोहन का मधुर शब्द भी समिश्रित होता था। आश्रमों और गुरुकुलों में कन्याएं गो-सेवा की क्रियात्मक रूप में शिक्षा प्राप्त करती थीं। उस समय के आर्य स्त्री और पुरुष अपने गृह में गौवों का रखना परम-धर्म समझते थे। उन्हें गौवों का पालन-पोषण और दूध दुहने इत्यादि का सब कार्य अपने हाथ से करने में बड़ा आनन्द आता था। भगवान् कृष्ण की गो-सेवा प्रसिद्ध है। उस समय के लोगों को पीने के लिए दूध भी खूब उपलब्ध रहता था, जिससे उनका स्वास्थ्य उत्तम, कान्ति उज्ज्वल और बुद्धि तीव्र होती थी। कारण एक स्वस्थ व्यक्ति के भोजन में जिन प्रमुख तत्वों की आवश्यकता है वे सब दूध में उपलब्ध होते हैं। गो-सेवा और दुग्ध-सेवन के इस अभ्यास से उनकी गो-पालन और दूध इत्यादि के व्यवहार की प्रवृत्ति बराबर बनी रहती थी। और उसे माता के रूप में मानते और सत्कार करते थे। मुसलमानों के पगम्बर हजरत मोहम्मद साहिब ने भी दूध की खूब प्रशंसा की है। जब कभी आप दूध पीते थे दुआ करते थे कि इसमें बरकत कर और

ज्यादा दे। प्राचीनकाल में शायद ही कोई घर ऐसा होता था जिसमें न्यूनातिन्यून एक दो दूध देने वाली गायें विद्यमान न हों दूध और मक्खन मुख्य रूप से खाद्य पदार्थों के तौरपर उपयोग में आते थे। एरिखाम-स्वरूप खियों का स्वास्थ्य और शक्ति स्थिर रहकर भावी सन्तान पर भी बहुत अच्छा प्रभाव पड़ता था। और उससे यह देश सब प्रकार की उन्नति की पराकाष्ठा पर पहुँचा हुआ था।

दूध प्रकृति का सर्वोत्तम खाद्य पदार्थ है, इसमें आज कुछ भी सन्देह नहीं रहा है। मनुष्य के स्वास्थ्य, बल और शारीरिक विकास के लिये सब प्रकार के रसायनिक उपादानों का प्रयाप्त और समुचित रूप से दूध में विद्यमान होना विज्ञान द्वारा सिद्ध हो चुका है। इतना ही नहीं बल्कि इससे भिन्न २ रोगों की चिकित्सा भी सरलता पूर्वक की जा सकती है। यहाँ तक कि अब तो यह चिकित्सा प्रणाली व्यापक रूप धारण करती जा रही है और अमेरीका में अब ऐसे अनेक चिकित्सा-स्थल स्थापित हो चुके हैं, जिनमें प्रत्येक रोग का इलाज केवल दूध से ही किया जाता है। जिनका वर्णन इसी पुस्तक के आगामी पृष्ठों में आया।

लन्दन की नेशनल मिल्की पब्लिसिटी कौन्सिल की ओर से 'मिल्क इन दी होम' (Milk in the home.) नामक एक पुस्तक प्रकाशित हुई है। यह पुस्तक बड़े २ डाक्टरों की सम्मति

से लिखी गई है। उक्त पुस्तक में जहाँ दुग्ध में रोगहारिणी शक्ति का विवेचन किया गया है वहाँ यहाँ तक लिखा है कि गर्भस्थित बालक की परवरिश के लिए दूध अत्यावश्यक है। गर्भवती माता को प्रतिदिन के अन्य भोजन के साथ शुद्ध दुग्ध का प्रयाप्त उपयोग करना चाहिये। न्यूनातिन्यून एक पाईट दूध जो प्रति दिन पीना उचित है, पूर्णतया रक्त की वृद्धि करता है और गर्भस्थित बालक की भी पुष्टि होती है।

इस आवश्यकता को इङ्ग्लैण्ड की सरकार भी अनुभव करती है और अपनी आज्ञा और सहायता से स्थानीय अधिकारियों द्वारा स्त्रियों के लिये गर्भ धारण करने के अन्तिम तीन मास तथा दूध पिलाने वाली माताओं के लिए, जिनकी पारिवारिक आय पर्याप्त नहीं होती, दूध का प्रवन्ध करती है।

इस अभाग्य देश में सरकार द्वारा इस प्रकार की सहायता मिलने की आशा करना दुराशामात्र है। कोई सुनहला समय था जब भारत का वच्चा बच्चा “चाहे गरीब का हो या अमीर का” दूध तथा घी की नदियों में नहाया करता था। आज इस सम्य राज्य की छत्रछाया में दूध घी आदि दिव्य पदार्थों के पाने की कौन कहे, भारत के करोड़ों लाल भूख की ज्वाला में जलकर बड़ी देबसी के साथ इहलीला को समाप्त कर रहे हैं। भारतीयों के प्राचीन आयुर्वेदादि ग्रन्थों में जहाँ दुग्ध, घृत अनुपादमिश्रित जड़ी बूटियों द्वारा चिकित्सा का विधान पाया

जाता है, वहां आज गौरी कम्पनी के लुटेरे बनियों द्वारा पराधीन भारतवासियों के गले में करोड़ों रुपयों की विदेशी (अङ्ग्रेजी) दवाइयां जबरदस्ती धुसेड़ी जाती हैं। ऐसी हालत में सरकार द्वारा औषधि रूप में भी दुग्ध की सहायता प्राप्त करने की आशा आकाश कुसुमवत है। ऐसी दशा में हम भारतीयों का सबसे बड़ा कर्त्तव्य यही है कि हम अपनी प्राचीन संस्कृति और आयुर्वेद विज्ञान को अपनायें और विदेशी दवाइयों के लिये एक पैसा भी व्यय न करनेका दृढ संकल्प कर लें।

इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए हमने अद्यावधि “अर्क गुण विधान” लवण गुण विधान, पलाण्डु गुण विधान, अरिष्टिक गुण विधान, बबूल गुण विधान, घृत गुण विधान आदि आदि दो दर्जन के करीब ऐसी पुस्तकें प्रकाशित की हैं, जिनसे विद्वान वैद्यों के साथ २ साधारण जनता तथा आवश्यकता पड़ने पर स्त्रियां भी प्रत्येक रोग की चिकित्सा घर में ही कर सकती हैं। इसी धुन में बहुत दिनों से यह विचार मेरे मस्तिष्क में चक्कर लगा रहे थे कि “दुग्ध-गुण विधान” नाम से भी एक प्रमाणिक पुस्तक की रचना की जाय, किन्तु दुग्ध सम्बन्धि आन्ति २ के नवीन अन्वेषणों और अनुभवों में फंसे रहने के कारण बिजम्ब होता जा रहा था। इसी बीच में जिनाब डाक्टर सरदारअलीख़ां साहिब “अलवी” W.O.I. M.D .S. A.S. M.F. फ़िज़ीशीयन एण्ड सर्जन का दुग्ध सम्बन्धी एक लेख

मेरी दृष्टि से गुजरा। लेख महत्वपूर्ण था, जिससे मान्य होता था कि आप इस दुग्ध चिकित्सा पद्धति के योग्य चिकित्सक हैं। चुनांचे मैंने डा० साहिब से प्रार्थना की, कि वह अपने दुग्ध सम्बन्धी तमाम अनुभव, जिनसे आपने अपने रोगियों पर इस्तेमाल करके सफलता प्राप्त की है, लेख बद्ध करके इस पुस्तक में प्रकाशनार्थ भेज देने की कृपा करें। डा० साहिब एक उदार हृदय सज्जन व्यक्ति हैं। आपने मेरी प्रार्थना सहर्ष स्वीकार करते हुए अवकाश न रहने पर भी, दुग्ध सम्बन्धी अपने तमाम अनुभव निसंकोच भाव से लिखकर भेज दिये। जिनसे पुस्तक की महता और उपयोगिता और भी बढ गई है। डा० साहिब की इस कृपा के प्रति मैं हार्दिक कृतज्ञता का प्रकाश करता हूँ और पाठकों की ओर से भी धन्यवाद देता हूँ। डाक्टर साहिब के अनुभवों के साथ डाक्टर साहिब के उपनाम 'अलखी' शब्द को प्रयोग के नीचे प्रकाशित कर दिया है।

इसके अतिरिक्त उन महानुभावों को धन्यवाद दिये बिना भी नहीं रह सकता जिनकी रचनाओं और लेखों से मुझे इस पुस्तक की पूर्ति में सहायता मिली है। मैंने इस पुस्तक को बड़े परिश्रम पूर्वक निर्माण किया है यदि कहीं कोई त्रुटि रह गई हो तो पाठक सहर्ष सूचित करें, ताकि आगामी संस्करण में संशोधन कर दिया जाय। आशा है जनता इस पुस्तक को अपना कर मेरे इस परिश्रम को सफल करेंगी।

रसयन-भवन

संगरिया (वीकानेर)

ता० २५-६-१९३४ ई०

विनया-वन्तः—

लेखक—

दुग्ध-गुण-विधान ।

दुग्ध की वैज्ञानिक परीक्षा ।

दुग्ध एक तरल द्रव्य है, जिसकी रङ्गत श्वेत और स्वाद रुचिकर होता है । जिसमें एक विशेष प्रकार की गन्ध होती है जो अप्रिय नहीं होती । इसका कोई अंश तहनशील नहीं होता अर्थात् तलछट नहीं जमती ।

नीली रङ्गतवाला दूध खराब होता है । या तो उसमें से मक्खन निकाला गया होता है या उसमें कीटाणु आदि होते हैं । ऐसे दूध का रसायनिक प्रभाव एम्फोपडक अर्थात् न तो तिजायी है और न नमकीन है ।

इसका तौल-विशेष १.३० से १.३४ डिग्री तक होता है जो Lectometer यन्त्र द्वारा माप्युक्त किया जाता है । यह एक शीशे की नाली का बना होता है, जो कि ऊपर से बन्द होता है और नीचे पारा भरा रहता है । इस पर भिन्न २ दरजे लगे होते हैं । दूध से गिलास भर कर उसमें यन्त्र को धीरे से डोड़ दिया जाता है और दूध के ऊपरी तल पर यन्त्र की जो

डिगरी होती है उसे पद ली जाती है। वही अंश विशेष होता है। यह अंश प्रायः ६० दर्जा फॉरेनहीट की उष्मा पर होता है। जिस दूध का तौल विशेष १-२४ से कम हो उसमें अवश्य ही पानी को मिलावट होती है। जब दूध पर से मलाई उतार ली जाती है तो उसका तौल विशेष भी बढ़ जाता है किन्तु फिर जब उसमें पानी मिला दिया जाता है तो अतन्त्रो ह्रास पर आजाता है। या कच्चे दूध में से मक्खन निकाल कर उसमें यदुकिञ्चित् कांड और पानी मिलाने से उसका बजन ठीक हो जाता है। उत्तम दुग्ध में ८ से ११ प्रति शत तक चिकनाई या मक्खन पाया जाता है, जो कि Creamometer यन्त्र से जाना जा सकता है। यह भी एक कांच की नली का बना होता है जिस पर १०० डिग्रियों के चिन्ह बने होते हैं। इसमें दूध भरकर आठ या दस घण्टे पड़ा रहने देते हैं। इस अर्जे में मक्खन दूध के ऊपर आ जाता है। फिर इसकी डिग्रियां पढ़ लेते हैं। अब्बे दूध में ८ प्रतिशत से कम मक्खन नहीं होना चाहिये।

प्रत्येक पशु के दूध में न्यूनाधिक अंशमें पनीर, पानी, शकर, चूना, पोटाश और सोडा इत्यादि के लक्षण (त्तर) आदि होते हैं। गाय के सेर भर दुग्धमें प्रायः $3\frac{1}{4}$ छटांक पानी, $\frac{1}{4}$ छटांक शकर, $\frac{1}{2}$ छटांक मक्खन, $\frac{1}{4}$ छटांक पनीर और $\frac{1}{4}$ छटांक लवणादि होते हैं। भिन्न २ पशुओं के यह अंश न्यूनाधिक मात्रा में होते हैं जिनसे उनके गुणों में भी अन्तर आजाता है।

चूँकि इस पुस्तकमें हमने भेड़, बकरी, गाय, भैंस, जंझी और खों के दुग्ध से बहुत से रोगों की चिकित्सा विधि लिखा है। अतः प्रत्येक दुग्धके विषय में संक्षेप रूप से कुछ वर्णन कर देना उचित प्रतीत होता है।

गाय का दूध ।

चूँकि गाय की गर्भावधि मनुष्य की भ्रान्ति नोमास है, इसलिये अधिकांश वैद्यों और हकीमों का मत है कि मनुष्य के लिये गाय का दूध ही सब से अधिक उपयोगी है, किन्तु खों दुग्ध की अपेक्षा इसमें शर्करा और लवणत्व तथा जलन्य मात्रा न्यून होती है, और चिकनाई तथा पनीर अधिक मात्रा में होता है इसलिये नवजात शिशु अथवा नन्हें बालकों के अनुकूल नहीं पड़ता। यदि आवश्यकता आपड़े तो इसमें कुछ पानी और खोंड सिलाकर जोश देकर पिलाया उचित है।

कहते हैं, गाय के दूध को अधिक दिन तक संयन करते रहने से किसी २ को अश्मरी रोग तथा स्वित्रकुष्ठ उत्पन्न कर देता है, और जूएँ बहुत पैदा हो जाती हैं। कफ प्रकृति के लिये दूध हानि कारक होता है।

भैंस का दूध ।

इसका दूध गाढ़ा और गरम होता है। इसमें चिकनाई

और पनीर के अंश अधिक मात्रा में पाए जाते हैं। अनुभवी वैद्यों और हकीमों का कथन है कि भैंस का अधिक दूध पीना मनुष्य को मन्द बुद्धि बना देता है।

बकरी का दूध।

रक्त शुद्धि केलिये बकरीका दूध जितना लाभदायक है और किसी का नहीं। इसका कारण यह है कि बकरी का चारा प्रायः, भान्ति २ की वृद्धियां और भिन्न २ वृत्तों के पत्ते हैं जो कि स्वभाव से ही रक्तशोधक होते हैं और उनका प्रभाव दूध पर पड़े बिना नहीं रह सकता। इससे कण्डु, दद्रु, चम्बल और आत-शक आदि रोगोंका नाश होजाता है। चिकित्सा विधि आगामी पृष्ठों में वर्णित है।

नोटः—बकरी का दूध कच्चा नहीं पीना चाहिए, क्योंकि इससे जूँ पड़ जाती है और शरीर में बकरी कीसी दुर्गन्धि आने लगती है किन्तु दो बार उबाल देकर दूध पीने से यह दोष दूर हो जाता है।

भेड़ का दूध।

इसका दूध भी भैंस की तरह गाढ़ा और बाजीकरण होता है। इसमें चिकनाई बहुत ज्यादा होती है। अधिक दूध पीते रहने से शरीर में दुर्गन्धि आने लगती है और बदन में जूँ पड़ जाती है कड़ियों के कण्डू भी हो जाती हैं।

अंडनी का दूध ।

अंडनी का दूध बाकी तमाम दूधों से पतला होता है । इस का स्वाद, यदकिञ्चित नमकीन सा होता है । चूंकि बकरी की भान्ति अंडनी भी अनेक प्रकार के कांटेदार वृक्षों और वृष्टियों को खाती है, इसलिये इसका दूध भी बहुत से रोगों में लाभदायक सिद्ध हुवा है इसके पीने से प्रायः दस्त आते हैं । मूत्र खुलकर आता है । प्लीहा आदि उदर रोगों को भी अति फायदेमन्द है । कई रोगों में अंडनी के दूध को फाड़ कर उसका पानी निकाल कर औषधि रूपमें व्यवहृत होता है । और यह भी बकरी के दुग्ध की भान्ति गुणकारी होता है ।

ज्वर पीड़ित और पित्त प्रकृति वालों के लिये अंडनी का दूध हानिकारक होता है ।

गंधी का दूध ।

गंधी का दूध बैद्यों और हकीमों के निकट क्षयी (तपेदिक) वालों के लिये अत्याधिक लाभकारी माना गया है । इसमें चिकनाई और पनीर का अंश बहुत ही न्यून पाया जाता है । किन्तु शर्करा अधिक होती है, इसलिये स्त्री दुग्धके समतुल्य ही होता है, और निर्जल बालकों को अनुकूल आ जाता है ।

घोड़ी का दूध ।

यह दूध गरम और तर है । परन्तु लोग इसे सरद ख्याल करते हैं । क्योंकि तरावट के कारण इसका बच्चा धूप में लेटा रहता है जिससे जनसाधारण गलती में पड़ जाते हैं ।

स्त्री का दूध ।

दूसरे दरजा में सरद और तर है । यह वही चीज है, जिससे पतलर हम इतने बड़े हुए हैं । स्त्री का दूध भी बहुत से रोगों में काम आता है । जैसा कि यथा-स्थान लिखा जावेगा । स्त्री के दूध में शर्करा अधिक मात्रा में होती है ।

इस पुस्तक में उन्हीं दूधों के प्रयोग लिखे जायेंगे जिनका ऊपर वर्णन हो चुका है, इस लिये बाकी दूधों के विषय में लिखना फजूल ख्याल करते हैं ।

दूध क्या है ?

इसके सम्बन्ध में वैद्यों और हकीमों के भांति २ के विचार हैं । जिनमें से अधिकांश तो दूध को रुधिर समझते हैं, किन्तु कई वैद्य इसका विरोध करते हैं, इसलिये सबके भिन्न २ मत हैं । किन्तु यहाँ हम दोनों फीकेन का मत सामने रखकर उनका इत्तील पेश करते हैं ।

दुग्ध रुधिर नहीं है—

बल्कि जो वनस्पति आदि पशुओं के प्रामाण्य में पहुँचती हैं उसका फिर रस (केलोस) बनता है। उसमें से दुग्धांश को स्तनों की रंगें खँच लेती हैं। रुधिर का उसमें एक क्षण भी नहीं होता।

दलील ।

उदाहरण स्वरूप आप एक गाय को घास खिलाइये, और उसके तीन चार घंटे बाद दूध निकालिए। निसन्देह उस दूध में उस घास की गंध पाइ जावेगी जो तीन चार घंटे पहले खिलाया गया है बल्कि कई बार तो दूध में सग्गी भी जाहिर हो जाती हैं। इससे परिणाम निकला कि दूध रुधिर से नहीं; बल्कि सग्गी से बनता है। इसके अतिरिक्त बुद्धि इस बात को स्वीकार नहीं करती कि एक दिन में दस-दस सेर और पन्द्रह २ सेर रुधिर पैदा होकर दूध बने।

इस दलील से हम उन वैद्यों, हकीमों और डाक्टरों को गलती पर समझते हैं, जो दूध की उत्पत्ति रुधिर से समझते हैं;

दूध, रुधिर ही का बदला हुआ रंग है।

बहुत से हकीम व डाक्टर इस बात में सहमत हैं कि दूध

रुधिर ही है। वह कहते हैं कि जिस समय गर्भ माताके उदर स्थ होता है, उस समय उसकी खुराक, ऋतु का रुधिर ही होती है। यही कारण है कि गर्भ धारण करने के पश्चात् मासिक धर्म (ऋतु का आना) रुक जाता है। फिर जब बालक प्रसव होता है तो वही रुधिर दुग्ध रूप में परिवर्तन होकर बच्चेकी गिजा बनता है। और फिर मज्ञे की बात यह कि वही दूध बालक के यकृत में जाकर पुनः रुधिरका रूप धारण कर लेता है।

दलील ।

वह कहते हैं कि अनुसन्धान के लिये तुम किसी कसाई के यहां जाकर जिवह की हुई किसी बकरी का ताजा दुग्धाशय ले आओ और उसके बीचमें चीरादेकर उसमें गरमा गरम रुधिर भरकर खूब मज़बूत टांके लगादो। किसी चमड़ेकी थैली में लपेट कर कुछ देर गरम भूयल (राख) में दबादो और दो घंटे बाद निकालकर देखो वही रुधिर जो तुमने अपने हाथ से भरा था, दूध बन चुका है।

दूसरी दलील ।

कई बार देखा गया है कि किसी रोग विशेष के कारण स्तनों में वह जौहर (जो रुधिर से दूध बनाता है) कम हो जाता है, तो उस समय स्तनों से दूध न आकर रुधिर ही आने लगता है बस। निश्चय हुआ कि दूध वास्तव में रुधिर ही है परन्तु

उस लीलामय भगवान की कारीगरी से लतीफ और सुस्वादु हो जाता है।

दूध की आवश्यकता ।

गत पृष्ठों में हमने दैध्यों और डाक्टरों के दोनों पक्ष के विचार अङ्कित किये हैं, किन्तु अपनी ओर से कोई फैसला नहीं दिया, और नाहीं हम इस संकट में पड़ने की आवश्यकता अनुभव करते हैं। क्योंकि दूध चाहे रुधिर से बना हो या घास से, हमने तो यह देखना है कि इसके पान करने से मनुष्य शरीर पर क्या प्रभाव होता है। दूध की मनुष्य को आवश्यकता है भी कि नहीं। और वस् ! और यही हमारा विषय है। यह सर्व सभ्यत बात है कि स्वास्थ्य और तन्दुरुस्ती के लिये लाइम (चूना) एक अत्यावश्यक वस्तु है। यदि शरीर में चूना प्रयाप्त मात्रा में न पहुँचे तो सारा शरीर धीरे-धीरे निर्गल होकर नाकारा हो जाता है। क्योंकि बिना चूने के मस्तिष्क तन्तुओं, शिराओं और अस्तियों का पोषण नहीं हो सकता। इसके अतिरिक्त अन्तर्द्वियों की गति संचालन के लिये चूना (लाइम) एक अनिवार्य वस्तु है। चूने की सहायता से ही आमाशय में पाचक रस उत्पन्न होता है, और इसी के प्रताप से मूत्र का अगलत्व दूर होता है।

दुग्ध में लाइम की मात्रा, अपेक्षाकृत सबसे अधिक है।

इसलिये दुग्धपान करना परमावश्यक है। मानुषी शरीर

को स्वस्थ और बलवान बनाए रखने के लिये जिन प्रमुख तत्वों की आवश्यकता है, वे सब दूध में उपलब्ध होते हैं। हाल के अनु-शीलन से यह भी प्रकट हुआ है कि दूध में ऐसे अज्ञात पदार्थ भी विद्यमान हैं, जो अन्य बहुत थोड़ी वस्तुओं में उपलब्ध होते हैं। परन्तु वह जीवन के लिये अत्यन्त आवश्यक हैं। स्वास्थ्य, सौन्दर्य और दीर्घायु के लिये दूध से बढ़कर उत्तम और हित-कारी कोई दूसरा भोजन नहीं है। अतः यह निर्विवाद सिद्ध है कि मनुष्य जीवन के लिये दूध एक ईश्वर प्रदत्तन्यामत है, जिसे यथा सामर्थ्य प्रत्येक मनुष्य को प्रति दिन पान करना चाहिए। एही यह बात कि दूध किस तरह इस्तेमाल करना चाहिए, कच्चा या पका ? दूध दूहने में क्या एहतियात दरकार है इत्यादि, इसका वर्णन आगामी पृष्ठों में देखिए।

दूषित दुग्ध के भयंकर परिणाम ।

जहां शुद्ध दूध का पान करना स्वास्थ्य रक्षा के लिये अमृत माना गया है, वहीं दूषित दूध स्वास्थ्य का नाश करने के लिये हलाहल बन जाता है। यद्यपि खाने पीने की प्रत्येक वस्तुओं में स्वास्थ्य रक्षा के नियमों का पालन करना आवश्यक है, किन्तु दुग्ध के सम्बन्ध में तो विशेष सावधानी की आवश्यकता है। क्योंकि दूध अपने समीपवर्ती हानिकारक विषैले द्रव्यों का असर अति शीघ्र ग्रहण करलेता है। कच्चे दूध

के वर्तन को यदि किसी रोगी के कमरे में रख दिया जाय तो वैद्यक मतानुसार रोगके नवीन कीटाणु तत्क्षण दूध में प्रविष्ट हो जाते हैं, और इस प्रकार के स्वास्थ्य को हानि पहुंचाने वाले विषैले कीटाणुओं के पनपने का दुग्ध सर्वोत्तम साधन होता है। अतः पाठकों की जानकारी के लिये इस विषय को तनिक विस्तार पूर्वक लिखते हैं।

वाजारू दूध की रसायनिक परीक्षा।

निरन्तर के अनुशीलन से यह बात प्रमाणित हो चुकी है कि जो दूध दुकानों पर क्रय विक्रय के लिये जाता है, उसमें शरदऋतु में १५ बूंद दूध के अन्दर अनुमानतः तीन लाख बैक्टेरिया होते हैं, और वसन्त ऋतु में प्रायः दस लाख की संख्या में पाये जाते हैं, और ग्रीष्मऋतु में तो इनकी संख्या पचास लाख तक पहुँच जाती है। यदि ऐसे दूध की सुराही में, जो समोष्ण स्थान में रखी गई हो, आधी दर्जन बैक्टेरिया प्रविष्ट हो जायें तो कुछ ही देर में उनकी संख्या पाँच लाख तक पहुँच जाती है, और ४८ घण्टे के बाद केवल एक कीटाणु के बच्चों की संख्या २८ करोड़ १५ लाख तक हो सकती है। इससे स्पष्ट परिणाम निकाला जा सकता है कि तनिक सी असाध्यता से दुग्ध जैसा अमृत तुल्य पदार्थ हलाहल विष बन जाता है, जिस से न मालूम कितने मनुष्य कालका प्राप्ति वन जाते हैं। इसी कारण

से वैज्ञानिकों ने कच्चे दूध के सेवन से ही रोक दिया है, और इसे स्वास्थ्य के लिए हानिकारक बतलाया गया है। किन्तु यदि पूर्ण सावधानी से शुद्धता पूर्वक दूध निकाला जाए तो कच्चे दूध के समान शक्ति प्रदान करने वाली अन्य कोई वस्तु नहीं होती।

स्वास्थ्य शत्रु कीटाणुओं से दूध को शुद्ध करना।

प्रश्न होता है कि जब कच्चा दूध तनिकसी असावधानी से बिगड़ जाता है तो उसके सुधार का भी कोई उपाय है या नहीं? इसके उत्तर में निवेदन है कि दूध को जोश दे लेना (उष्ण कर लेना) ही उसकी शुद्धता का उत्तम उपाय है। इससे कम्पज्वर, पेचिश, रेडफीवर और उरुक्षत आदि के कीटाणु मर जाते हैं अतएव दूध को बिना जोश दिये नहीं पीना चाहिए।

परन्तु साधारणतया लोग उस दूध को अधिक पसन्द करते हैं, जो बहुत देर तक पकता रहा हो। इसी आधार पर मावा या खोया आदि का अविष्कार हुआ है। किन्तु नई मालू-मात से पता लगा है कि दूध को मन्द मन्द अग्नि पर पकाना हानिकारक है। क्योंकि धीमी-धीमी आंच देते रहने से बहुत से गुणकारी तत्वों का नाश हो जाता है। अतः इसका भी विशेष ध्यान रखना आवश्यक है।

दूध को जोश देने की विधि ।

दूध को आग पर केवल इतनी देर रखें कि पांच मिनट तक उबलता रहे, फिर तत्काल उतार कर ठण्डा कर लें । अतः पुनः इसको जरासा गरम करना भी हानिकारक है । इससे विटामिन नष्ट हो जाती हैं ।

दूध में मिलावट ।

गत पृष्ठों में खालिस दूध के लाभ, हानि का वर्णन किया गया था । किन्तु यहां वर्तमान बाजारू दूध के विषय में कुछ पंक्तियां लिख देना अनिवार्य प्रतीत होता है । इस युग में कोई भी अच्छी चीज़ पेसी नहीं मिलती, जिसमें दुकानदारों ने मिलावट न कर दी हो फिर दूध जैसी प्रचूर विकने वाली चीज़ बिना मिलावट के कैसे बच सकती थी । अतः दूध में भी मिलावटें शुरू कर दी गईं । यदि गाय के दूध में बकरी का दूध मिलाकर बेचने लगते, तो यह भी एक प्रकार का धोखा था मगर उन्होंने तो कमाल ही कर दिया, इसमें ऐसे ऐसे स्वास्थ्य को हानिकारक द्रव्य और घृणित वस्तुओं का समिश्रण आरम्भ कर दिया, जिससे अनुभवी लोगों को लिखना पड़ा, कि यदि दूध बेचने वालों की इन घृणित कस्तूतों का जन साधारण को हान हो जाते तो शायद दूध से तोबाही कर लेते ।

दूध बेचने वालों में से कई तो इसमें दुर्गन्धित और मैला पानी मिलाते हैं और कुत्तेक अपने अपवित्र और बदबूदार कपड़ों को पानी में भिगोकर निचोड़ते हैं, कई चाक मिट्टी को पानी में घोलकर दूध में सम्मिलित कर देते हैं और कई एक भैंस के गाढ़े दूध में पानी मिलाकर उसे गाय का दूध कह कर बेचते हैं, सारांश भान्ति २ के कपटाचार करते हैं।

खालिस दूध की परीक्षा ।

इसकी परीक्षा के लिए एक यन्त्र का भी आविष्कार हुआ है। जिसका गत पृष्ठों में भी वर्णन हो चुका है। यहां एक दो साधारण विधियां और लिखी जाती हैं।

(१) खालिस दूध की अपेक्षा मिलावट वाला दूध क्षीर विगड़ता है।

(२) हाथ को साफ करके एक अंगुली दूध में डालें। यदि अंगुली दूध से भरी रहे तो खालिस समझना चाहिए, वरना नहीं।

(३) शीशे के साफ गिलास में दूध भर कर रखें। यदि दूध साफ और गाढ़ा हो, सुस्वादु और श्वेतवर्ण का हो, और कोई चीज़ नीचे गिलास की दैदी में न जमे तो दूध खालिस होगा। वरना नहीं।

दूध दुहने में सावधानी ।

बाजारू दूध के विषय में तो चन्द बातें लिखी जा चुकी हैं, अब उन लोगों से भी कुछ निवेदन कर देना आवश्यकतीय प्रतीत होता है, जिनके घरमें, ईश्वरने दूध देनेवाले पशु रखनेकी सामर्थ्य, प्रदान की हुई है। क्योंकि स्वास्थ्यरक्षा सम्बन्धी नियमों से परिचित न होनेके कारण, वही बाजारू दूध की भान्ति, इस अमृत तूथ्य पदार्थ को सशेष बना लेते हैं।

दूध दुहना भी एक हुनर है ।

दूध दुहना भी साधारण काम नहीं है। इसमें सन्देह नहीं है कि प्रत्येक मनुष्य दूध निकालना सीख सकता है, किन्तु प्रत्येक मनुष्य सफल दूहा (दुहने वाला) नहीं बन सकता। योद्धा और अमेरिका में जड़ दूध निकालना एक हुनर समझा जाता है, एक चतुर दूहा डेढ़ तो रूखा मासिक तक कमालेता है। यह लोग डेरीफार्मों में जाकर डेढ़सेर तक प्रति मिन्ट के हिसाबसे दूध निकालते हैं, और लगभग ढाई घंटा तक अद्विराम काम में लगे रहते हैं। किन्तु अब इस कामके लिये बंत्रोंका भी अद्विष्टकार हो चुका है।

दूहा के ध्यान योग्य बातें ।

(१) दूध दुहने से पहिले अपने हाथों और नाथ आदि के यन्त्रों

को खूब अच्छी तरह साबून से या न्यूनातिन्यून गरम पानी से अच्छी तरह धोकर साफ कर लेना चाहिए।

(२) जिस वर्तन में दूध निकाला जाय, उसको भी प्रति दिन मांजना और धोना चाहिए।

(३) दूध निकालने से पहिले दूध देने वाले पशु को प्यार करना चाहिए और उसके शरीर पर हाथ फेरना चाहिए। उससे पशु बहुत प्रेम करता है। परन्तु दूध दुहने वाला एक ही न होना चाहिए, चरना उसी के हाथ पड़ जायगा और फिर किसी दूसरे आदमी को अपना दूध नहीं निकालने देगा।

(४) प्रायः ही लोग स्तनों को धोने की अपेक्षा केवल गीला कर के दूध निकालते हैं, ऐसा करना हानिकारक है। कारण इससे दुग्धाशय पर लगा हुआ भैल, दूध में शामिल होजाता है। अतएव ऐसे लोगों को उचित है, कि वे स्तनों को गीला करना भी छोड़ दें। उससे अपेक्षा कृत यह अधिक फर्हीं उत्तम है। अमेरीका के डेयरी माहुर मिस्टर लॉरेंस लिखते हैं, कि पहिले मेरी यह धारणा थी कि स्तनों को गीला किये बिना दूध निकालना ठीक नहीं, किन्तु अनुभव ने सिद्ध कर दिया है कि मेरी यह भूल थी। खुशक थनों से दूध निकालना अधिक उत्तम है। पहिले पहिल इससे कुछ दिन कष्ट तो प्रतीत होगा, किन्तु अभ्यस्त हो जाने पर इससे होने वाला लाभ उस प्रारम्भिक कष्ट को भुला देगा।

(५) दूध शीघ्र २ निकालना चाहिए, क्योंकि यह सिद्ध हो चुका है कि जितना जल्दी दूध निकाला जावेगा, उतना ही अधिक होता है। धीरे २ दूध निकालने वाले बहुत कम दूध प्राप्त करते हैं।

(६) पशु के थनों में दूध बिल्कुल नहीं छोड़ना चाहिए। इससे न केवल दूध कम निकलता है बल्कि पशु दूध देने से रुक जाता है। यहाँ तक कि रोगी होजाने का भी भय रहता है।

कच्चा दूध किस प्रकार रखना चाहिए।

दूध दुहने के सम्बन्ध में कतिपय हितकारी एवं उपमेय बातें लिखी जा चुकी हैं, अब आवश्यकता है कि दूध को किस प्रकार रखना उचित है, दूध कितने समय के पश्चात् सेवन करने योग्य नहीं रह जाता, इस पर भी प्रकाश डाला जाय।

(१) यदि कच्चा दुग्ध रखकर सेवन करने की अभिलाषा हो तो उसे किसी लोटे या वोतल में डालकर बर्फ में दबा देना चाहिए। यदि बर्फ न मिल सकती हो तो किसी कपड़े को पानी में भिगो कर लपेट देना चाहिए। इस विधि से दूध दो पहर तक खराब नहीं होता।

(२) दुग्ध पात्र के पास यदि कोई दुर्गन्धित वस्तु पड़ी हुई हो तो उसको हटा देना चाहिए नहीं तो उसकी दुर्गन्ध तत्क्षण दूध में प्रवेश हो जायगी, अतएव दुग्ध को ऐसी वस्तुओं से

सदैव अलग रखना उचित है।

- (३) ताँबे और पीतल के बर्तनों में दूध रखने से दूध अति शीघ्र बिगड़ जाता है, इस लिये बिना कलई किये हुए पात्र में दुग्ध कदापि न रखा जाय, नहीं तो दूध हानि कारक हो जायगा। कलई प्रतिमास ताज़ा करवालेनी चाहिए या मिट्टी के बर्तनों में डालकर रखना चाहिए।

दुग्ध पान में त्रुटी ।

कई लोग इस भूलोक के अमृत (दूध) से इस लिये लाभान्वित नहीं हो सकते कि यह उनके अनुकूल नहीं आता। दूध पीने से उनको अजीर्ण हो जाता है, भूख नहीं लगती, खट्टे डकार आने लगते हैं इत्यादि, अतएव हम इस भ्रम को भी निवारण लिये देते हैं। वास्तव में बहुत कम ऐसे मनुष्य देखे गये हैं, जिन्हें इस प्रकार की शिकायत हो बल्कि दुग्ध पान के नियमों से अनभिज्ञ व्यक्तियों को ही इस प्रकार की शिकायत का अक्सर मिलता है। वे लोग दूध को या तो उस समय पीते हैं, जब कि वह पड़े-पड़े दूषित हो जाता है, अथवा गड़ गड़ पी जाते होंगे। यही कारण है कि उनको दूध हज़म नहीं होता। दूध पीने की सही तरकीब हम नीचे लिखते हैं।

भूँड़का थूक प्रकृति ने इसलिये उत्पन्न किया है कि उससे खाय पदार्थों का पचाने में सहायता मिले। अनुसन्धान

दूध पीने की सही तरीका ।

मुंह का थूक प्रकृति ने इसलिये उत्पन्न किया है कि उससे खाद्य पदार्थों को पचाने में सहायता मिले । अनुसन्धान द्वारा यह बात सिद्ध हो चुकी है कि मुखलार एक अत्युत्तम पाचक द्रव्य है । अतः जब दूध को इस प्रकार पीना चाहिए कि मुंह में एक घूंट लेजी, और गण्डप की भांति दुग्ध को मुख में एक दो गति देकर निगल लिया । इस विधि से दुग्ध पान करने से वह कदापि हजम हुए बिना नहीं रह सकता । क्योंकि इस विधि से मुखलार दुग्ध में सम्मिलित होकर आमाशय में पहुंचती है जिस से पाचन क्रिया को सहायता मिलती है यही रहस्य की बात है जिसे हृदय पट पर अङ्कित कर लेना चाहिए ।

दूध पचाने वाली अनुपम औषधियां ।

यद्यपि उक्त विधि से भी दूध सरलता पूर्वक बिना किसी टन्टे के पच जाता है, तथापि कुछेक दुग्ध पाचक औषधियों का वर्णन कर देना उचित प्रतीत होता है । जो अद्वितीय, अनुपम और उपादेय हैं ।

दुग्ध पाचक नं० १

यदि दुग्ध पान करते ही मल त्याग करने की अर्थात् दृढ़ी जाने की इच्छा हो जाती हो तो निम्नोक्त औषधिका सेवन करें।

सुहागा ५ तोला लेकर हरे शाहतरा के आध सेर पानी में (यदि न मिल सके तो साधारण पानी में ही) घोलकर पकाएँ। जब पानी खुश्क होकर सुहागा भुन जाए तो उसको खरल में सुक्ष्म पीसकर किसी शशी में संभाल कर रखें। आवश्यकता के समय इसमें से दो रत्ती सुहागा आध सेर दूध में मिलाकर पिलावें। इससे दूध भी हज्म हो जायगा, और जुधा भी खूब हलोगा। अत्यन्त पाचक वस्तु है।

दुग्ध पाचक नं० २

सोडा वाटर जिसमें गैस प्रयाप्त मात्रा में सम्मिलित हो, दूध से चौथाई भाग मिलाकर पिलावें। इससे दूध हज्म हो जायगा विशेषकर ऐसे लोगों के लिये, जिनको दुग्ध पान करने के पश्चात् घमन या अपचिकी शिकायत हो या पेट में गड़गड़ाहट होने लगती हो, अति हितकर है।

दुग्ध पाचक वटिका नं० ३

अफीम शुद्ध १॥ माशा मीठा तेलिया १॥ माशा, कौलाव-

भस्म ५ रसी, कृष्णाभ्रक भस्म ६ रसी । समस्त औषधियों को गाय के दूध में समिलित करके खरल करें, और एक एक रसी की गोलियां बना लें, और एक गोली प्रति दिन प्रातः सायं दोनों समय गौ-दुग्ध से दिया करें । अधिक से अधिक दिन भर में चार गोलियां दी जा सकती हैं । प्रति दिन आध पाव दूध बढ़ाते जायें और दूध के सिवाय और कोई चीज खाने को न दें, इस विधि से दूध पिलाने से संप्रश्या का रोग दूर हो जाता है ।

दुग्ध पाचक वटिका नं० ४

जिससे १८ सेर दूध प्रति दिन हजम हो जाता है ।

यह प्रयोग हमें एक राज दैत्य की हस्त लिखित कार्पी में से प्राप्त हुआ था, जो कि दूध हजम कराने में अनुपम ही है । जिससे हमें प्रयोग प्राप्त हुआ था वे इन गोलीयों को दो रुपया प्रति गोली के हिसाब से देते हैं । आद्यन्त दाजी वरुण हैं, और मनुष्य को दुधाक्षुर बना देती है । चूंकि यह प्रयोग बहुत लम्बा है, इसलिये इसका प्रमाण दे देना ही प्रयास समझते हैं । यह प्रयोग हम अपनी प्रसिद्ध पुरतक "प्रचुम्भत योग चिन्तामणौ" के द्वितीय भाग में प्रकाशित कर चुके हैं । जिन्हें देखने की इच्छा हो, उक्त पुरतक रसायन फार्मालय संगरिदा (पंजाब) से मंगवा कर देख लें ।

दुग्ध पाचक सरल औषधि ।

चूना अनवृक्त पानी में भिगोकर पानी नियाएलें, और इस नियरे हुए पानी को दूध में मिलाकर पिलावें । इससे दूध हजम हो जाता है ।

दूध में विभिन्न तत्त्व ।

नीचे लिखे कोष्टक से यह मालूम होता है कि औषत दूध में विभिन्न तत्त्व प्रतिशत किस परिमाण में होते हैं ।

| दूध | पानी | प्रोटीन | चर्बी | कार्बोज | खनिज |
|----------|-------|---------|-------|---------|------|
| मनुष्यका | ८७.७५ | १.६० | ३.६५ | ६.२५ | ०.७५ |
| गाय का | ८७.३० | ३.५५ | ३.७० | ४.८८ | ०.७१ |
| बकरी | ८५.७० | ४.३० | ४.५० | ४.४० | ०.८० |
| भैंस | ८२.२० | ४.४० | ७.१० | ४.७० | ०.८५ |

दूध में खनिज द्रव्यों का परिमाण प्रति हजार शुष्क भंश में इस प्रकार होता है:—

क्षारीय या वायु नाशक खनिज तत्त्व ।

| दूध | पोटाशियम | सोडियम | केलशियम | मैग्नेशियम | लोहा |
|----------|----------|--------|---------|------------|------|
| मनुष्यका | ११.७३ | ३.१६ | ५.८० | ०.७५ | ०.०७ |
| गाय का | १३.७० | ५.३४ | १२.२४ | १.६६ | ०.३० |
| बकरी का | १५.६० | ३.४५ | १३.६० | २.३० | ०.६० |
| भैंस का | ६.६० | २.८८ | १५.६५ | १.५० | ०.०८ |

अम्लोत्पादक या वायुकारक तत्त्व ।

| दूध | फास्फोरस | गन्धक | क्लोरीन | लिलिकान |
|-----------|----------|-------|---------|---------|
| मनुष्य का | ७.२४ | ०.३३ | ६.३२ | ०.०३ |
| गाय का | १५.७६ | ०.१७ | २.०४ | ०.०२ |
| बकरी का | २१.०५ | ०.३० | १३.५० | ०.२० |
| भैंस का | १६.१५ | १.३७ | ३.४९ | ०.०० |

इनके सिवाय आयोडोन, संखिया, कुचला, सुवर्ण, ताँबादि धातुएं भी अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में पाई जाती हैं । क्षारीय पदार्थ जीवन क्रिया को तीव्र करके शरीर को क्षीर करते हैं अम्लीय तत्त्व शरीर का पोषण करते हैं । शरीर को स्वस्थ रखने के लिए दोनों प्रकार के तत्त्वों की जरूरत है । वायु कारक तत्त्वों की अधिकता से रोग होते हैं ।

दूध से शरीर की सब प्रकार की व्याधियों को दूर करने की विधि ।

अब हम एक ऐसी प्रमाणिक विधि लिखते हैं जिससे मनुष्य शरीर में उत्पन्न होने वाली समस्त व्याधियों की चिकित्सा केवल दूध से ही सरलता पूर्वक की जा सकती है । पाश्चात्य देशों में इसी चिकित्सा विधि से आज अनेक असाध्य रोगी स्वस्थ किये जा रहे हैं । एक सुप्रसिद्ध अङ्ग्रेज महिला श्रान्ति एक

व्हीला विलकोक्स (Ella wheeler wilcox) का कथन है कि "हृदय से सम्बन्ध रखने वाले रोगों का (Organic Heart Tronble.) छेड़ कर कोई भी शारीरिक व्याधि ऐसी नहीं है जो आग्रह पूर्वक दूध के सेवन से मिट न जाय यहां तक कि राजयन्त्रमा और बिद्रधि (Caucer) जैसे भयंकर रोग भी दूध की चिकित्सा से चले जाते हैं । अमेरीका में अब ऐसे बहुत से चिकित्सालय स्थापित हुए हैं जिनमें प्रत्येक फठिन से फठिन और असाध्य से असाध्य रोगी की चिकित्सा केवल मात्र दूध से की जाती है और वहां के कितने ही डाक्टर लोग इस पुस्तक में लिखी गई बातों से भी कम बातें बतलाकर रोगियों से सौ डालर अर्थात् तीन सो से भी अधिक रुपया ले लेते हैं । हमें पूरा विश्वास है कि जो लोग रोग ग्रसित होंगे वे हमारे बतलाए हुए नियमों का आग्रह पूर्वक पालन करके अवश्य ही रोग से अपना पिण्ड छुड़ा सकेंगे जो रोगी नहीं होंगे वे अपने स्वास्थ्य की दृशा और भी अधिक सुधार लेंगे ।

दूध व्याधि-मात्र को दूर करने वाला है । अब हम यह बतलाना चाहते हैं कि व्याधियों को मिटाने के लिए दूधका सेवन किस प्रकार किया जाना चाहिए ।

कुछ प्रारम्भिक बातें ।

१) दूध की चिकित्सा के पहिले एक, दो या तीन निराहार

उपवास कर लेने चाहिए। उपवास के दिनों में पांच सेर से लेकर सात सेर तक पानी नित्य पी लेना उचित है उपवास से शरीर का सारा मल निकल जाता है। उपवास के पाँचे दूध का चिकित्सा आरम्भ करने से शीघ्र लाभ होता है परन्तु उपवास करने से यदि कष्ट अधिक हो तो बल पूर्वक उपवास नहीं करना चाहिए।

(२) दूध का सेवन जिन दिनों में चल रहा हो, उन दिनों में यदि हो सके तो पूरा पूरा विश्राम किया जाय। क्योंकि विश्राम करने से अति शीघ्र लाभ हो सकता है। परन्तु यदि रोग कठिन न हो, तो नित्य का साधारण काम काज किया जाय तो कोई हानि नहीं है।

(३) मुख्य बात इस चिकित्सा में ध्यान देने की यही है कि मनको सदा प्रसन्न रखा जाय। एक दो सप्ताह तक बालकों की न्याई यदि शय्या पर लेटा जासके तो लेटा रहना चाहिए। बालकों की नाई प्रहृष्ट चित्त होकर रहना चाहिए। यदि दूध का सेवन करने के दिनों में एक दो सप्ताह तक कुछ भी काम न किया जाय और पलंग पर लेटे हुए विश्राम किया जाय, तो शरीर बहुत अधिक पुष्ट होगा और उसमें रक्त की भी प्रयाप्त मात्रा में वृद्धि होगी।

(४) दुग्ध चिकित्सा के दिनों में दूध के अतिरिक्त अन्य कोई वस्तु

अनहीं खानी चाहिए। दूध में भोजन के सभी प्रमुख अत्व मौजूद होते हैं। इसलिए कष्ट की कोई बात नहीं। दूसरे यदि दूसरी खुराक के साथ साथ जो बहुत सा दूध पिया जायगा तो दूध में मिले हुए पोषकत्व परिमाण में घट जायेंगे। दूध के अतिरिक्त दूसरी खुराक में यदि नाइट्रोजन और कार्बन अधिक होंगे तो वे शरीर की नसों में भर जायेंगे जिससे शरीर के अल्पसंख्यक अवयवों पर आवश्यकता से अधिक बोझ हो जायगा। अतएव रोग का शत्रु नाश करने के लिए दूध सेवन काल में कोई भी दूसरा भोजन न लिया जाय।

दूध चिकित्सा के नियम व विधि।

- १) प्रत्येक मनुष्य को प्रति दिन कितना दूध पीना चाहिये, यह निश्चय करना कठिन है। क्योंकि भिन्न २ प्रकृति के मनुष्य होते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के लिए भोजन भी तो निश्चय नहीं किया जा सकता। कई व्यक्ति दो दो सेर भोजन सुगमता पूर्वक खा जायेंगे किन्तु बहुत से व्यक्ति पाव भर भी कठिनता से खा सकते हैं। उत्तम तो यही है कि लोग अपनी २ आवश्यकता समझकर अपने लिए दूध का परिमाण स्वयं निश्चय कर लें। यद्यपि अमेरीका में कितने ही रोगियों को नियम २० सेर से २५ सेर तक दूध दिया जाता है तथापि यदि दूध का सेवन करने से पहिले उपवास न करिए गृह हों

तो, तब भी पहले दिन तीन सेर दूध से आरम्भ करना चाहिये। क्योंकि अमेरीकावासियों की भांति भारत में इतना अधिक दूध पीने की आवश्यकता नहीं है। यहां वालों को थोड़े परिमाण में पिया हुआ दूध जितना लाभदायक होगा, उतना अधिक परिमाण में पिया हुआ नहीं होगा।

(२) दूध बिना पानी का विशुद्ध लेना चाहिए और गाय का ही सर्वोत्तम है।

(३) पीने के लिये जो दूध लिया जाय वह पहिले हिला लिया जाय फिर चम्मच से थोड़ा २ करके आधा सेर दूध एक बार में पीना चाहिए। और आध सेर दूध पीने में ३ से ५ मिनट तक का समय लगाना चाहिए। चम्मच से डाला हुआ दूध जब मुँह में पहुँचे तब उसे थोड़ी देर तक मुँह में रोककर उसमें मुँह की लार मिलने देना चाहिए जब थोड़ी लार मिल जावे तब कण्ठ से नीचे निगल लेना उचित है। तदुपश्चात् आध घण्टे बाद फिर आध सेर दूध इसी नियम से पीना चाहिए। इस रीति पर सवेरे ५ बजे से ११ बजे तक २ सेर दूध पी लिया जा सकता है।

इसके अनन्तर एक या दो घण्टे ठहर कर फिर ऊपर बतलाई हुई विधि से दूध पीना शुरू करें। यदि सम्भव हो तो ताजा दूध लेकर उपयोग करें, नहीं तो फिर सवेरे का लिया

हुवा दूध लेकर काम में लाना चाहिए। दूध को बिगड़ने से बताने के लिये दूध के लोटे को बर्फ में दबा कर रखना चाहिए। यदि बर्फ का प्रबन्ध न हो सके तो लोटे पर पानी में भीगा हुआ कपड़ा लपेट देना चाहिए। इस प्रकार से रखा हुआ दूध एक बजे तक नहीं बिगड़ेगा।

साढ़े नौ बजे तक दो सेर दूध पीने के उपरान्त १०॥ या ११॥ बजे फिर दूध पीना आरम्भ करें और उपरोक्त विधि से आध आध घंटे के अन्तर से आध-आध सेर कर के सेर या १॥ सेर दूध पी लिया जाय। इसके बाद सन्ध्या तक कुछ न खाया जाय। जब सन्ध्या समय ताजा दूध आवे तब बाकी का एक सेर दूध भी दो बार में पूर्वोक्त विधि से पी लिया जाय।

(४) दूध हमेशा कच्चा ही पीना चाहिए। औटाने से उस के पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं। औटाने के अतिरिक्त दूध में शर्करा या खंड आदि बिलकुल न मिलानी चाहिए।

(५) दो दिन तक इस रीति से दूध का सेवन करने के पश्चात् दूध का परिमाण बढ़ाकर पांच ङः सेर या सात सेर कर देना चाहिए। किन्तु एक दस सात सेर दूध पर न आ जाना चाहिए, बल्कि एक एक सेर दूध नित्य बढ़ाना चाहिए। प्रातःकाल साढ़े सात बजे से यदि दूध पीना आरम्भ किया जाय तो दस बजे तक तीन सेर दूध पी लिया जायगा पीछे साढ़े आरह बजे से फिर शुरू

कर दें। दोपहर के एक बजे तक और दो सेर दूध पी लिया जायगा। तदपश्चात् सन्ध्या के सात बजे से ८ बजे तक बाकी का दो सेर दूध पेट में चला जायगा। इस रीति से सात सेर दूध नित्य पिया जा सकेगा।

(६) एकदम दूध गड़गड़ करके नहीं बल्कि थोड़ा २ घूंट-घूंट करके पीना चाहिए।

(७) तीन या चार दिन छः या सात सेर दूध पिया जाय, बाद में यदि शरीर में शक्ति हो तो और दूध का परिमाण बढ़ाने की आवश्यकता पड़े तो एक २ सेर करके दस सेर तक दूध बढ़ा लिया जाय। आवश्यकता होने पर इससे अधिक भी बढ़ाया जा सकता है। अमेरीका में तो एक रोगी ऐसा था जो नित्य ३२॥ सेर दूध पीलिया करता था, किन्तु सबकी प्रकृति एकसी नहीं होती। जितना दूध सुगमता पूर्वक नित्य बढ़ाया जासके उतना बढ़ाया जाय। यही उत्तम है।

इस प्रकार दूध का सेवन प्रत्येक मनुष्य को कमसे कम दो महीने तक तो करना ही चाहिए। अनेक मनुष्यों को तीन या चार महीने तक उसके जारी रखने की जरूरत होती है। जन-तक पेट की सब प्रकार की गड़बड़ न मिट जाय, शरीर का दूबलापन दूर होकर जब तक सभी अंग प्रत्यंग मांसल और पुष्ट न हो जाय, शरीर में रक्त वृद्धि से मुख मण्डल पर खून की सुखी जर

तक न आजाय और शरीरका वर्ण जबतक गोरा होकर बालक की न्याई स्वच्छ और तेजयुक्त न हो जाय तब तक दूध का सेवन जारी रखना परमावश्यक है ।

सैरों दूध हजम करने की विधि ।

प्रिय पाठकवृन्द ! आप भली भान्ति समझ गए होंगे कि बिना किसी औषधि की सहायता के दूध को हजम करने की विधि का हम ऊपर कथन कर चुके हैं जो चाहें इससे लाभान्वित हो सकते हैं ।

वजन बढ़ाना ।

वजन बढ़ाने के लिये भी और कोई विशेष विधि नहीं है बल्कि यही विधि है, जिस का वर्णन हो चुका है इस से दिन प्रतिदिन रक्त उत्पन्न होकर वजन बढ़ने लगता है बल्कि कई लोगों का तो प्रतिदिन आध २ सेर अपितु सेर २ वजन बढ़ जाता है । पाचन शक्ति आदि के ठीक हो जानेपर एक स्त्री का वजन तो ६ सेर नित्य बढ़ता था । तीन सेर नित्य बढ़ने के कई उदाहरण देखने में आए हैं । अमेरीका लॉस एंजेलिस नामक नगर की निवासिनी मिसेस फोल्डे नाम की एक अंग्रेज महिला ने ७॥ सेर दूध तीन महीने तक नित्य पीकर शरीर का वजन ३३ सेर बढ़ा लिया था । उनका शरीर इतना स्वस्थ हुआ था कि जितना पहिले कभी नहीं हुआ ।

बढ़ा हुआ वजन कम न होगा ।

कई लोगों को शंका हुआ करता है कि इस प्रकार से बढ़ा हुआ शरीर का वजन स्थिर रहेगा भी कि नहीं? यदि वह आरोग्य के नियमों का ठीक २ पालन करें तो यह बढ़ा हुआ वजन ज्यों का त्यों बना रहेगा ।

दूध सेवन से आरोग्य हो जाने के बाद और नित्य प्रति साधारण रीति पर अन्न भोजन करने लगने के बाद भी सुयोग पानेपर बर्द में एक बार ऊपर कड़ी रीति से दूध का सेवन करने रहने पर आरोग्य पूर्ण रीति से प्राप्त होता रहता है ।

एक विशेष सूचना ।

जिनके पेट में दूध वायु उत्पन्न करता या 'गुड़-गुड़' बोलता मालूम पड़े उन्हें चाहिए कि वे प्रातः काल दूध का सेवन शुरू करने से कोई एक घंटा पहले एक या आधे खट्टे नींबू का रस निकाल कर उसमें एक या दो चम्मच शीतल जल मिलाकर पी जाय । जिनमें दूध पीने में अकचि हो उन्हें भी इसी प्रकार नींबू का रस लेना श्रेयस्कर है । जिनके पेट में अम्लतत्त्व (Acid) कम परिमाण में होता है उन्हीं को दूध में अम्ल नहीं होती और उन्हीं के पेट में पहुंच कर दूध वायु उत्पन्न करता या 'गुड़ गुड़' बोलता है । इसी लिए नींबू का रस बतलाया गया है ।

दुग्ध से बनने वाले स्वादिष्ट मिष्ठान्न ।

वास्तव यह वैद्यक सम्बन्धी पुस्तक है, और इसमें हमने केवल दुग्ध के वैद्यकीय गुणों का ही वर्णन करना है, तथापि नीचे कुछेक स्वादिष्ट मिष्ठान्न बनाने की विधियाँ भी लिख दी हैं जो कि न केवल अति स्वादिष्ट ही हैं बल्कि वैद्यक मतानुसार भी लाभदायक हैं, आशा है पाठकगण बनाकर लाभान्वित होंगे।

बादाम की खीर।

मगज़ बादाम पाव भर लेकर गरम पानी में भिगो दें और कुछ देर बाद उसका छिलका उतार डालें। तद्बपश्चात् चाकू से कतर कर चावल के तादृश्य टुकड़े बना लें और फिर दो सेर दूध को मंद २ अग्निपर पकावें जब आध सेर दूध जल जावे तब कतरे हुए मगज़ बादाम डाल कर चम्मचे से हिलाते रहें। जब दूध गाढ़ा हो जावे और मगज़ बादाम तथा दूध मिल जावे तब इलायची के बीज और रुई केवड़ा आवश्यकतानुसार डाल कर मिला दें, और नीचे उतार लें। फिर खाँड या मिश्री मिला कर तशतरियों में डाल कर ठण्डी होने रख दें। जब तनिक शीतल हो जावे तब ऊपर चांदी के बर्क लगा दें।

लाभ—अत्यन्त स्वादिष्ट और मस्तिष्क को बल देने में अपूर्व है।

स्पेशल खीर ।

यह भी अत्यन्त स्वादिष्ट और अमीरों के लिये उत्तम पदार्थ है । बनाने की विधि यह है कि अत्युत्तम पाव भर चावल लेकर सेर भर गुलाब जलमें अद्रित करके ३ घन्टा रखा रहने दें, फिर तौलिये में बांध कर रख दें ताकि खुश्क हो जायें । तब पश्चात् पाव भग्नृत में भून लें । इतना भूनें कि चावल सुख हो जायें फिर ३ सेर भैंस के दुग्ध में डालकर पकावें । जब अच्छी तरह पक जावे तब थोड़ी सी रुह के बड़ा और इलायची के बीज डाल कर पांच छटांक मिश्री मिलाकर तशतरियों में रख दें, और ऊपर स्वर्ण पारोख्य बर्क लगाकर पिस्ता कतर कर डाल दें, और खालें ।

दूध की भाग ।

यह देहली में खूब बिकती है । देखने वाले एक २ पैसे में एक तशतरी देते हैं । हमने इसका प्रयोग भी मालूम कर लिया था जो आज अविकल रूप से नीचे आहुत कर देते हैं ।

विधि—एक सेर दूध में दो तोला समुद्र माग का गर्भ सूक्ष्म पीस कर मिला दो, फिर जब मथोगे तो गाढ़ी २ माग पैदा होगी इसे तशतरियों में भरते जाओ । आश्चर्य तो यह है कि माग तशतरियों में ज्यों के त्यों पड़े रहते हैं छिरते नहीं । इसमें खांड नहीं मिलानी चाहिए ।

शिर की बीमारियां ।

शिर की वे बीमारियां जिनके लिये दूध लाभदायक सिद्ध हुआ है उन्हीं बीमारियों का यहां कथन किया जाता है । दृष्टि कोण से जिस पशु का दुध जहां उपयोगी सिद्ध होगा उसका नाम वहां लिख दिया जावेगा ।

गरमी का शिर दर्द ।

यह शिर दर्द उष्ण वस्तुओं के अधिक सेवन से अथवा धूप में चरने फिरने से उत्पन्न होता है । जिसके लिये आध सेर गो दुध में तीन तोला इमली (जिसको गरम पानी में धोकर साफ कर लिया हो) डाल कर एक घन्टा भिगोकर रख दें । तदपश्चात् अग्नि पर पकावे । जब दूध फट जाय तब छान कर पानी को अलग करके पानी में मिश्री मिला कर शीतल करके पिला दें । तीन चार दिवस के उपयोग से निश्चय शिर दर्द मिट जावेगा । यदि रोगी के मस्तक पर इसी मालिश भी कर दी जाय करे तो शीघ्र लाभ होगा ।

(२) सरदी के शिरदर्द का चूटपल ।

रोगी ऐसे मकान में, जहां वायु का प्रवेश न हो-बिठा कर गरम दूध की वाष्प दें या गरम दूध से शिर को धो दें । अवश्य लाभ होगा ।

(३) दूध की टकोर का चमत्कार ।

डा० सरदार अली साहिब “अलर्वा” के चिकित्सालय में शिर दर्द का एक ऐसा रोगी आया जिसके दोनों ओर दर्द था और दीस मारता था, कस कर बांध देने से लाभ होता था चूंकि रोगी को कब्जी भी थी इस लिये प्रथम उसे मगनंशिया का जुलाव दिया गया जिससे रोगी को तान दस्त हुए फिर निम्नलिखित विधि से दूध की टकोर की गई। बस ! डेढ़ घंटा में आराम हो गया ।

(४) टकोर करने की विधि ।

एक सूती कपड़े को दूध में भिगोकर तनिकसा निचोड़ लें (ताकि दूध न टपके) फिर पीड़ा स्थान पर रखकर ऊपर से फलालेन की पट्टी बांध दें । यह पट्टी एकसे दो घन्टा तक आवश्यकतानुसार रखी जा सकती है और इस प्रकार रोग की दशा के अनुसार दो से छः बार तक टकोर की जा सकती है । कठिन पीड़ा में यथा दर्द गुरदा आदि में दूध की पट्टी पर फलालेन का टुकड़ा समोपण करके रखना उचित है (अलर्वा)

(५) टकोर का एक और चमत्कार

एक स्त्री हमारे चिकित्सालय में सिर दर्द पीड़ा से व्याकुल होकर आई जिसको चार मास से सिर दर्द की बीमारी थी ।

दर्द दोरे से आता था। मासिक धर्म की भी कोई खराबी नहीं थी; नहीं कब्जी थी। इसलिये कोई कारण विशेषतो ज्ञात हुआ नहीं कि दर्द क्यों है, तथापि ईश्वर पर भरोसा रखकर दूध से ही चिकित्सा आरम्भ कर दी गई, जिसका विवरण इस प्रकार है कि दुग्ध से ही दिन में तीन बार उपरोक्त विधि से टकोर की गई। डेढ़ घंटा अन्तर से एक सप्ताह तक इसी प्रकार टकोर कराते रहे और किसी औषधि प्रयोग नहीं किया। एक सप्ताह में ही पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया और सिरदर्द मिट कर दोरे बन्द हो गये।

(७) अर्धावि भेदक [आधाशीशी]

यह भी शिर दर्द की एक किस्म है। इस रोग में रोगी के आधे शिर में कठिन पीड़ा हुआ करती है। रोगी प्रकाश की ओर नहीं देख सकता इसकी सर्वोत्तम चिकित्सा यह है कि रोगी को दो दिन तक सिवाय दुध, जलेबी के और कुछ खाने को न दें। आशा है कि आराम हो जायगा।

(७) द्वितिय प्रयोग।

आध सेर गोदुग्ध में एक तोला मगजवादास के छोटे २ टुकड़े बनाकर डाल दें और पूर्व कथनानुसार खीर बनाकर मिश्री से मीठा करके खिलायें इसको कुछ दिवस सेवन करने से रोग से छुटकारा मिल जाता है।

(८) तृतीय प्रयोग [मिठाई]

गोदुग्ध का खोया बनाकर उसके पेड़े बनावे और वह पेड़े रोगी को खाने के लिये दें किन्तु शर्त यह है कि रोगी को सिवाय पेड़ों के और कुछ भी खाने को न दें। इस से आधाशीशी का रोग नष्ट हो जाता है।

(९) मस्तिष्क की निर्वलता।

मस्तिष्क की निर्वलता एक ऐसी बीमारी है, जिससे सिर दर्द, नज़ला, जुकाम आदि रोग उत्पन्न हो जाते हैं फिर इनसे विगड़ कर भ्रान्ति २ के कष्ट हो जाते हैं, अतः यहां मस्तिष्क को बल प्रदान करने वाले कुछेक प्रयोगों उल्लेख किया जाता है। जिनमें से पहला प्रयोग धनिक लोगों के काम का है।

(१०) मस्तिष्क को अत्यन्त बल प्रदान करने वाला बकरी का दूध।

यह एक वैद्यक सिद्धान्त है कि बकरी को जो वस्तुएं खिलाई जावेंगी उन वस्तुओं की तासीर बकरी के दूध में प्रविष्ट हो जाती है। अतएव जो महाशय, मगजबादाम, अम्वरोद, पिस्ता आदि को अधिक मात्रा में सेवन न कर सकते हों उनको उचित है कि उत्तम स्वस्थ बकरी लेकर उसको इन्द्रानुसार पौष्टिक भेषों की गिरियां खिलाना शुरू कर दें और उसका दूध

नित्य प्रति सेवन करते रहें। फिर देखें, कि यह दूध मस्तिष्क को बल पहुंचाने में कैसा अकसीर सिद्ध होता है।

कथा ।

स्व० श्रीमान् महाराजा साहिब पटियाला के सम्बन्ध में एक हुकीम साहिब ने फरमाया था, कि उनके लिए एक बकरी को मगज (बादाम, अखरोट, पिस्ते आदि की गिरियां) ही खिलाए जाते थे, और उस बकरी का दूध ऐसा होता था कि आग पर रखने से समस्त दुग्ध मलाई बन जाया करता था। जो महाशय सामर्थ्य रखते हों वह इस विधि से लाभ उठा सकते हैं।

[११] द्वितीय प्रयोग ।

स्त्री के दूध में कपड़ा भिगोकर रोगी के सिर पर रखें और हर आध घण्टे के बाद बदलते रहें, कुछ ही दिन में मस्तिष्क (दिमाग) पुष्ट हो जायेगा।

(१२] निद्रा न आना ।

यदि उपरोक्त विधि से स्त्री के दूध से भिगोया हुआ कपड़ा रोगी के सिर पर रखा जाय और उसके हाथ पावों की तलियों पर इसी दूध की मालिश की जाय तो नींद आने लगती है। अति प्रभावोत्पादक वस्तु है।

(१३) प्रतिनिधि ।

यदि स्त्री का दूध प्राप्त न हो सके तो उसके अभाव में बकरी के दुग्ध का प्रयोग करें। इससे भी रोगी को प्रायः नोद आ जाया करती है। किन्तु ऐसी दशा में कपड़ा दूध से भिगो कर माथे (पेशानी) पर भी रखना चाहिए।

(१४) ताजा अनुभव ।

एक १८ वर्ष की आयु का रोगी चिकित्सालय में आया, जिसको नोद बहुत कम आती थी और सारी रात करवटें बदल बदल कर व्यतीत करता था। उस से कहा गया कि सिर और टांगों पर दूध की टकोर (सेंक) तीनवार कराये। ऐसा करने से उसे पहिले ही दिन प्रयाप्त नोद आई और एक सप्ताह पर्यन्त इसी चिकित्सा को जारी रखा गया जिससे उसे पूर्ण आराम होगया। (अलखी)

(१५) मंद बुद्धि बालकों के लिए।

गौ दुग्ध स्मरणशक्ति को तीव्र बनाने में अति लाभदायक है। विशेष कर मंद बुद्धि बालकों के लिये तो अनृत के तुल्य है यदि साथ में आधी रत्ती दाल चीनी भा चवदादी जाय तो और भी अधिक लाभदायक है। इसी प्रकार छोटी इलायची खिला कर ऊपर से दूध पिलाना ध्येस्कार है।

(१६) पागलपन।

यह तो नहीं कहा जा सकता कि दूध पागलपन के लिये एक ही अक्सीर है तथापि इसमें सन्देह नहीं कि लाभदायक अवश्य है। यहां हम दो ऐसे प्रयोग लिखते हैं जिनसे आपको अनुमान होजायगा कि दूध से किस प्रकार पागल और दीवाने लोगों को स्वास्थ्य लाभदायक होता है।

पागल पनके एक प्रसिद्ध चिकित्सक— की चिकित्सा प्रणाली।

बधा पाल्हिया एक गांव है, वहां पर एक महाशय केवल दीवानों, पागलों का ही इलाज करते हैं। चूंकि आप सफल चिकित्सक हैं अतएव दस २ पागल जंजीरों से जकड़े हुए हकीम साहिब के पास मौजूद रहते हैं।

हकीम साहिब ४०) से कम फीस किसी रोगी से नहीं लेते सारांश आप सफल चिकित्सक हैं और इसी एक ही चिकित्सा के बल पर अपने जीवन को सुख पूर्वक व्यतीत कर रहे हैं। चूंकि हमारे हृदय में तो हर समय यही धुन समाई रहती है कि गुप्त से गुप्त प्रयोग मालूम करके जनता के सन्मुख रखें जैसा कि हमारी “अनुभूत योग चिन्तामणि” और

“पेटेगट औषधियें और भारतवर्ष” आदि पुस्तकों से प्रगट हो हैं। अतएव इस चिकित्सा विधि को मालूम किये बिना हम कैसे रह सकते थे। जिस किसी प्रकार मालूम करके अब आपकी सेवा में सादर समर्पित करता हूं।

यदि रोगी के शरीर में रुधिर की अधिकता प्रतीत होती फसद खोल कर रुधिर निकलवा दिया जाता है, फिर निम्नलिखित विधि से दुग्ध का सेवन कराया जाता है, जिससे रोगी को पूरा आराम आजाता है।

विधि

एक अहमरकानी रंग की स्वस्थ बकरी लावें। अर्थात् उसकी रंगत लालिमा युक्त काली हो। ऐसी बकरी का सेर भर दूध लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और उसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिला कर भाग पर रखें और जंगली अंजीर की लकड़ी से हिलाते रहें जब दूध फट जाय, तो छानकर पानी में मिश्री मिलाकर पिलावें, और पनीर की रोगी के शरीर पर मालिश करावें। इसी प्रकार ४० दिवस पर्यन्त चिकित्सा करने से अवश्य आराम हो जाता है।

दूसरा चुटकला ।

रोगी के शिर के बाल उतरवा कर उस के शिर पर खहर

का ४ तह किया हुआ कपड़ा रखें और बकरी के दूध से तर करते रहें। प्रति दिन न्यूनातिन्यून १२ घंटे तक शिर को तर रखें। मानो यह एक सरलसा चुटकला है, परन्तु अनुभव करने पर अति लाभ दायक सिद्ध होता है। यदि इस से रोग समूल नष्ट न भी होगा तो भी आराम जरूर हो जावेगा।

अपस्मार (मृगी) का सरल उपाय।

यह अत्यन्त ही दुष्ट और भयंकर व्याधि है, जिसके अगद बहुत कम हैं। मैं अनुभव में तो नहीं आया, किन्तु एक हकीम साहब ने, जो कि बहुत ही योग्य थे—लिखा है, कि तीन पाव अंडनी का दूध बिलकुल ताजा लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और इसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिलाकर अग्नि पर रखें और दूध के फट जाने पर छान कर शवंत जूफा ६ तोला मिला कर प्रातःकाल प्रति दिन पिलाया करें और प्रातः सायं दोनों समय ८ से १० माशा तक बादाम रोगन रोटी से खिलाया करें इसी से मृगी के रोगी को लाभ हो जाता है।

सन्निपात की दुग्ध चिकित्सा।

यह एक ऐसा भयंकर रोग है, कि जिस से हजारों प्राणी क्षणमंगुर संसार से परलोक को सिधार जाते हैं। इसका सविस्तार वर्णन तो “अनुभूत योग चिन्तामणि” में किया गया है।

(१३) प्रतिनिधि ।

यदि स्त्री का दूध प्राप्त न हो सके तो उसके अभाव में बकरी के दुग्ध का प्रयोग करें । इससे भी रोगी को प्रायः नौद आ जाया करती है । किन्तु ऐसी दशा में कपड़ा दूध से भिगो कर माथे (पेशानी) पर भी रखना चाहिए ।

(१४) ताजा अनुभव ।

एक १८ वर्ष की आयु का रोगी चिकित्सालय में आया, जिसको नौद बहुत कम आती थी और सारी रात करवटें बदल बदल कर व्यतीत करता था । उस से कहा गया कि सिर और टांगों पर दूध की टकोर (सेंक) तीनवार कराये । ऐसा करने से उसे पहिले ही दिन प्रयाप्त नौद आई और एक सप्ताह पर्यन्त इसी चिकित्सा को जारी रखा गया जिससे उसे पूर्ण आराम होगया । (अलबो)

(१५) मंद बुद्धि बालकों के लिए ।

गौ दुग्ध स्मरणशक्ति को तीव्र बनाने में अति लाभदायक है । विशेष कर मंद बुद्धि बालकों के लिये तो अमृत के तुल्य है यदि साथ में आधी रत्ती दाल चीनी भा चववादी जाय तो और भी अधिक लाभदायक है । इसी प्रकार छोटी इलायची खिला कर ऊपर से दूध पिलाना अयेस्कर है ।

(१६) पागलपन ।

यह तो नहीं कहा जा सकता कि दूध पागलपन के लिये एक ही अक्सीर है तथापि इसमें सन्देह नहीं कि लाभदायक अवश्य है । यहाँ हम दो ऐसे प्रयोग लिखते हैं जिनसे आपको अनुमान होजायगा कि दूध से किस प्रकार पागल और दीवाने लोगों को स्वास्थ्य लाभदायक होता है ।

पागल पनके एक प्रसिद्ध चिकित्सक—

की

चिकित्सा प्रणाली ।

बधा पाल्हिया एक गांव है, वहाँ पर एक महाशय केवल दीवानों, पागलों का ही इलाज करते हैं । चूंकि आप सफल चिकित्सक हैं अतएव दस २ पागल जंजोरों से जकड़े हुए हकीम साहिब के पास मौजूद रहते हैं ।

हकीम साहिब ४०) से कम फीस किसी रोगी से नहीं लेते सारांश आप सफल चिकित्सक हैं और इसी एक ही चिकित्सा के बल पर अपने जीवन को सुख पूर्वक व्यतीत कर रहे हैं । चूंकि हमारे हृदय में तो हर समय यही धुन समाई रहती है कि गुप्त से गुप्त प्रयोग मालूम करके जनता के सम्मुख रख दें जैसा कि हमारी “अनुभूत योग चिन्तामणि” और

“पेटेराट औषधियें और भारतवर्ष” आदि पुस्तकों से प्रगट ही है। अतएव इस चिकित्सा विधि को मालूम किये बिना हम कैसे रह सकते थे। जिस किसी प्रकार मालूम करके अब आपकी सेवा में सादर समर्पित करता हूं।

यदि रोगी के शरीर में रुधिर की अधिकता प्रतीत होती फसद खोल कर रुधिर निकलवा दिया जाता है, फिर निम्नलिखित विधि से दुग्ध का सेवन कराया जाता है, जिससे रोगी को पूरा आराम आजाता है।

विधि

एक अहमरकानी रंग की स्वस्थ बकरी लावें। अर्थात् उसकी रंगत लालिमा युक्त काली हो। पेसी बकरी का सेर भर दूध लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और उसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिला कर आग पर रखें और जंगली अंजीर की लफड़ी से हिलाते रहें जब दूध फट जाय, तो छानकर पानी में मिश्री मिलाकर पिलावें, और पनीर की रोगी के शरीर पर मालिश करावें। इसी प्रकार ४० दिवस पर्यन्त चिकित्सा करने से अवश्य आराम हो जाता है।

दूसरा चुटकला ।

रोगी के शिर के बाल उतरवा कर उस के शिर पर खहर

का ४ तह किया हुआ कपड़ा रखें और बकरी के दूध से तर करते रहें। प्रति दिन न्यूनातिन्यून १२ घंटे तक शिर को तर रक्खे। मानो यह एक सरलसा चुटकला है, परन्तु अनुभव करने पर अति लाभ दायक सिद्ध होता है। यदि इस से रोग समूल नष्ट न भी होगा तो भी आराम जरूर हो जावेगा।

अपस्मार (मृगी) का सरल उपाय।

यह अत्यन्त ही दुष्ट और भयंकर व्याधि है, जिसके अगद बहुत कम हैं। मेरे अनुभव में तो नहीं आया, किन्तु एक इकीम साहब ने, जो कि बहुत ही योग्य थे—लिखा है, कि तीन पाव ऊंटनी का दूध बिलकुल ताजा लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और इसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिलाकर अग्नि पर रक्खें और दूध के फट जाने पर छान कर शर्वत जूफा ६ तोला मिला कर प्रातःकाल प्रति दिन पिलाया करें और प्रातः सायं दोनों समय ८ से १० माशा तक बादाम रोगन रोटी से खिलाया करें इसी से मृगी के रोगी को लाभ हो जाता है।

सन्निपात की दुग्ध चिकित्सा।

यह एक ऐसा भयंकर रोग है, कि जिस से हजारों प्राणी क्षणभंगुर संसार से परलोक को सिधार जाते हैं। इसका सविस्तार वर्णन तो “अनुभूत योग चिन्तामणि” में किया गया है।

यहां एक ऐसा प्रयोग लिखते हैं, जिससे सन्निपात की चिकित्सा दुग्ध द्वारा सरलता पूर्वक की जा सकती है।

मुझे एक रोगी को देखने के लिए बुलाया गया जिसको कठिन ज्वर था और ज्वर के वेग से विस्तर से भागने की कोशिश करता था और सन्निपात की अवस्था हो रही थी। मैंने परिचारकों को रोगी के सिर और टांगों पर आध घन्टा तक दूध की टकोर करने की आज्ञा दी और उसे इतने अल्प काल में ही सन्निपात को आराम होगया। देखिये ! एक कठिन रोग के लिए कितना सरल प्रयोग है। (अल्बी)

नोटः—मेरी राय में यह उपाय अवास्तविक सन्निपात के लिए ही लाभदायक है, जो कि ज्वर वेग के आधीन होता है और ज्वर की तेजी कम हो जाने पर स्वमेव दूर हो जाया करता है। अतएव दूध ज्वर की तेजी को कम करने के लिये उत्तम दस्तु है। (लेखक)

❀ वालभड़ ❀

इस रोग में बाल गिरने शुरू हो जाते हैं, और बालों के स्थान पर फुन्सियाँ सी निकलने लगती हैं। इस रोग के लिए तो दूध लाभदायक सिद्ध हो चुका है। श्रीयुक्त डाक्टर मलिक मरदार अल्लो महोदय लिखते हैं कि मैंने एक रोगी को देखा जिसकी दाढ़ी में कंडु थी। देखने से प्रतीत हुआ कि दाढ़ी की बाँहें और

अद्विती के बराबर फुन्सियां हो रही हैं। मैंने उसको बालभड़ रोग निश्चय करके उसके बाल कटवाकर दिन में तीन बार दूध की टकोर करने की आज्ञा दी। प्रतिवार डेढ़ घंटा टकोर की जाती थी। यह चिकित्सा १५ दिन तक जारी रखी गई जिस से रोग समूल नष्ट होगया।

✻ गंज ✻

गंज के लिए भी दूध एक अद्वितीय वस्तु है, परन्तु चिकित्सा के लिए तनिक अवकाश की आवश्यकता है। जो लोग यह चाहते हैं, कि हथेली पर सरसों उग आये, ऐसे लोग इस इलाज को शुरू ही न करें।

गंज की चिकित्सा

एक गंजे रोगी के शिर को पहले सात दिवस पर्यन्त नीम के क्वाथ से धुलवाकर जस्त की मरहम लगावाई गई, परन्तु इससे तनिक भी लाभ न हुआ। फिर ईश्वर पर भरोसा करके कच्चे दूध की टकोर कराई गई जिस से एक सप्ताह में कुछ अन्तर प्रतीत होने लगा। फिर तो एक मास तक इसी चिकित्सा को निरन्तर जारी रखा गया। इस चिकित्सा से शिर पर पपड़ी जम गई थी जो एक सप्ताह के बाद स्वमेव ही उतर गई तत्पश्चात् १५ दिवस तक यह ही सिलसिला जारी रहा। परि-

णाम स्वरूप इस डेढ़ मास की चिकित्सा से रोगी को पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया ।

नेत्र रोग ।

नेत्र रोगों में भी दूध को औषधि रूप से व्यवहार में लाया जाता है वह निम्नलिखित है ।

आश्चर्यजनक लोशन ।

कच्चे दूध को विलो कर मक्खन निकाल लें और पिचकारी से आंखों में डालें, इससे आंखों की लाली और दुखती हुई आंखें अच्छी होजाती हैं । परन्तु बिना मक्खन निकाले हुए इस्तेमाल करना लाभदायक नहीं है ।

दुखती आंखों की दवा

जब नेत्र पीड़ा किसी प्रकार भी शान्त न होती हो तो उचित है कि लड़की वाली स्त्री का दूध लेकर उसकी दो २ घून्ट आंखों में टपका दें । तत्काल ही पीड़ा, दीस, जलन आदि से आराम होकर चैन पड़ जायेगा ।

नेत्रों के लिए शीतल औषधि

धुनी हुई रुईके कुछ फाये बकरी के दूध से भिगोकर पानी के

कोरे घड़े पर रख दें, और ५-६ घन्टे के बाद वे फाये उठा कर आंख पर बांध दें और दो घन्टा के बाद खोल दें, और फिर ४ घन्टे खुली रहने दें। तत् पश्चात् फिर बांध दें, रात्री के समय सारी रात बांधे रखने की हिदायत कर दें, इससे शीघ्र ही नेत्र पीड़ा शान्त हो जाती है।

जाला व फूली ।

स्त्री का दूध फूली और जाले के लिये अत्यन्त ही लाभदायक है। इसकी साधारणसी विधि तो यह है कि ताजा दूध लेकर २-२ वृन्द आंखों में डाला करें। यदि इसको वैद्यक रत्नानुसार औषधि रूप बनाना इच्छित हो तो उचित है, कि रीठ के छिलके या सांभरवृद्ध को कूटकर सूक्ष्म पीस लें, और उसमें स्त्री का दूध सम्मिलित करके रगड़े और लम्बी २ गोलियां बनाकर सुरक्षित रखें और आवश्यकता के समय पानी में घिसकर सलाई से आंखों में लगावें कुछ ही दिनों के इस्तेमाल से पुराने से पुराना फूला व जाला शर्तिया मिट जावेगा।

आश्चर्यजनक सुरमा ।

जिसमें अन्धेरे में दिन की भांति दिखाई देने लगता है।

इस प्रयोग का अनुभव तो नहीं किया गया किन्तु कई पुस्तकों में लिखा हुआ दृष्टिगोचर हुआ है। सम्भव है कि सत्य

हों। पाठकगण! अनुभव करके देखें।

बिल्ली का दूध १ तोड़ा खरल में डालकर एक माशा उसी बिल्ली का पित्ता मिलाकर खरल करें यहां तक कि दोनों धाँजें खुशक हो जायें, बस सुरमा तैयार है।

यदि इस सुरमे को रात्रि के समय आँखों में लगाकर अन्धेरे में जायें तो समस्त वस्तुयें प्रकाश की भांति दृष्टिगोचर होने लगती हैं। जिस प्रकार बिल्ली अन्धेरे में भनी भांति देख सकती है सम्भव है कि इस सुरमे में भी वही प्रभाव हो।

(लेखक)

कर्ण और नासिका रोग ।

नकसीर फूटना ।

जब नासिका की रों नधिर से भरकर फट जाती है तो रुधिर नासिका मार्ग से बह कर निकलता है । यदि रुधिर का वर्ण श्याम (काला) हो तो उसे रोकने की चेष्टा न करें यदि लाल रङ्ग का हो तो उसको रोकने के लिये कुट्टेक प्रयोग करते जाते हैं, जिनसे प्रवाहित रक्त बन्द हो जाता है ।

अकसीर मालिश ।

गंधी का दूध आवश्यकतानुसार लेकर रोंगों के सिर पर

मर्दन किया करें जिससे न्यूनातिन्यून रोगी का सिर दो घण्टे तक गीला रहे। इसी प्रकार छः सात दिन की मालिश से फिर रुधिर न आएगा।

नोट—प्रति दिन दूध ताजा लेना उचित है।

द्वितीय प्रयोग।

श्रीमान् पं० कृष्णदयाल जी वैद्य अमृतसर से लिखते हैं कि यदि नक्सीर वाले रोगी को ककरी का धारोष्ण दूध पिलाया जाय तो इससे रुधिर का आना बन्द हो जाता है। इसी प्रकार दुग्ध घृत मिलाकर पिलाना भी श्रेष्ठ है। स्त्री के दूध की नस्य लेना भी नक्सीर के खून को बन्द करता है।

नाक के नथनों में वरम।

इस रोग को भी एक प्रकार का जुकाम ही समझना चाहिए। इसके लिये भी दूध लाभदायक है। जिसकी विधि यह है कि रोगी को दूध नस्य की भान्ति सुंघावें और दूध के ही गण्डूष करावें। इस प्रकार करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

कर्ण पीड़ा।

यदि उष्ण दुग्ध की वाष्प कान में पहुँचाई जाय तो इस से भी पीड़ा शान्त होजाती है किन्तु यह क्रिया निवांत स्थान में करनी चाहिए।

द्वितीय प्रयोग ।

बकरी का दूध और उसके सम भाग सिरका मिलाकर समोष्ण करके कुछ घूँटें कान में टपकाने से तड़पते हुए रोगी को दो मिनट में चैन पड़ जाता है ।

एक चमत्कारी प्रयोग ।

यदि कन्या वाली स्त्री दुग्ध में थोड़ी सी अफीम मिला कर समोष्ण करके कान में डालें तो तत्क्षण पीड़ा बन्द हो जाती है ।

कान में फुन्सी ।

यदि कान में फुन्सी निकल आए तो बड़ी कष्टदायक होती है । यहां हम अपने एक मित्र, जो एक अनुभवी डाक्टर हैं, का प्रयोग लिखते हैं ।

कान में दूध डाल कर कई से छिद्र बन्द कर दें और दिन में तीनवार इस प्रकार करें किन्तु दूध प्रति बार ताजा लेना चाहिए । बहुत जल्दी लाभ होता है ।

कान से पीप आना ।

यदि कान से पीप आने लगे तो कठिनता से भ्रष्ट होती

है। इसके लिये हम बहुत ही सरल चुटकले लिखते हैं।

सर्वोत्तम चिकित्सा ।

प्रथम कानको हाइड्रोजन परोक्साइड (Hydrogen Proxide) से अथवा निम्बकाथ से साफ करलें और फिर प्रतिदिन प्रातः सायं दोनों समय ताजा दूध कान में डाल कर कई से बन्द कर दिया करें। गिनती के दिनों में लाभ हो जायेगा अत्यन्त प्रभावक प्रयोग है।

द्वितीय प्रयोग ।

छी का दूध भी कान में डालना अति लाभ प्रद है।

नोटः—इस पुस्तक में जहाँ केवल दूध लिखा है, वहाँ गाय भैंस, बकरी आदि का जो प्रात होसके व्यवहार में लाभ सूचनाय निवेदन है।

मुख और दन्त रोग ।

मुख और दन्त सम्बन्धी व्याधियां तो अनन्त है परन्तु यहाँ केवल उन्ही का वर्णन किया जायेगा जिनमें दूध एक सर्वोत्तम औषधि है।

मुंह के छाले ।

प्रायः लोगों के मुख में छाले पड़ जाते हैं जिनके अनेक

हो । पाठकगण ! अनुभव करके देख लें ।

बिल्ली का दूध १ तोड़ा खरल में डालकर एक माशा लत्तो बिल्ली का पित्ता मिलाकर खरल करें यहां तक कि दोनों चीजें खुश्क हो जावें, बस सुरमा तैयार है ।

यदि इस सुरमे को रात्रि के समय आंखों में लगाकर आंखों में जायें तो समस्त वस्तुयें प्रकाश की भांति दृष्टिगोचर होने लगती हैं । जिस प्रकार बिल्ली आंखों में भन्नी भांति देख सकती है सम्भव है कि इस सुरमे में भी वहां प्रभाव हो ।

(लेखक)

कर्ण और नासिका रोग ।

नकसीर फूटना ।

जब नासिका की रंगे नधिर से भरकर फट जाती है तो नधिर नासिका मार्ग से बह कर निकलता है । यदि नधिर का वर्ण श्याम (काला) हो तो उसे रोकने की चेष्टा न करें यदि लाल रङ्ग का हो तो उसको रोकने के लिये कुट्टेक प्रयोग करें जाते हैं, जिनसे प्रवाहित रक्त बन्द हो जाता है ।

अकसीर मालिश ।

नधी का दूध आवश्यकतानुसार लेकर रोगी के मिर पर

मर्दन किया करें जिससे न्यूनातिन्यून रोगी का सिर दो घण्टे तक गीला रहे। इसी प्रकार छः सात दिन की मालिश से फिर रुधिर न आएगा।

नोट—प्रति दिन दूध ताजा लेना उचित है।

द्वितीय प्रयोग।

श्रीमान् पं० कृष्णदयाल जी वैद्य अमृतसर से लिखते हैं कि यदि नक्सीर वाले रोगी को बकरी का धारोष्ण दूध पिलाया जाय तो इससे रुधिर का आना बन्द हो जाता है। इसी प्रकार दुग्ध घृत मिलाकर पिलाना भी श्रेष्ठ है। स्त्री के दूध की नस्य लेना भी नक्सीर के खून को बन्द करता है।

नाक के नथनों में वरम।

इस रोग को भी एक प्रकार का जुकाम ही समझना चाहिए। इसके लिये भी दूध लाभदायक है। जिसकी विधि यह है कि रोगी को दूध नस्य की भान्ति सुंघावे और दूध के ही गण्डूष करावे। इस प्रकार करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

कर्ण पीड़ा।

यदि उष्ण दुग्ध की वाष्प कान में पहुँचाई जाय तो इस से भी पीड़ा शान्त होजाती है किन्तु यह क्रिया निवांत स्थान में करनी चाहिए।

द्वितीय प्रयोग ।

बकरी का दूध और उसके सम भाग स्त्रिका मिलाकर समोष्ण करके कुछ घूँटें कान में टपकाने से तड़पते हुए रोगी को दो मिनट में चैन पड़ जाता है ।

एक चमत्कारी प्रयोग ।

यदि कन्या वाली स्त्री दुग्ध में थोड़ी सी अफीम मिला कर समोष्ण करके कान में डालें तो तत्क्षण पीड़ा बन्द हो जाती है ।

कान में फुन्सी ।

यदि कान में फुन्सी निकल आए तो बड़ी कष्ट दायक होती है । यहां हम अपने एक मित्र, जो एक अनुभवी डाक्टर हैं, का प्रयोग लिखते हैं ।

कान में दूध डाल कर रुई से छिद्र बन्द कर दें और दिन में तीनवार इस प्रकार करें किन्तु दूध प्रति बार ताजा लेना चाहिए । बहुत जल्दी लाभ होता है ।

कान से पीप आना ।

यदि कान से पीप आने लगे तो कठिनता से अच्छी होती

है। इसके लिये हम बहुत ही सरल चुटकले लिखते हैं।

सर्वोत्तम चिकित्सा।

प्रथम कानको हाइड्रोजन परोक्साइड (Hydrogen Proxide) से अत्यन्त निम्बकाय से साफ करलें और फिर प्रतिदिन प्रातः सायं दोनों समय ताजा दूध कान में डाल कर रुई से बन्द कर दिया करें। गिनती के दिनों में लाभ हो जायेगा अत्यन्त प्रभावक प्रयोग है।

द्वितीय प्रयोग।

छी का दूध भी कान में डालना अति लाभ प्रद है।

नोटः—इस पुस्तक में जहाँ केवल दूध लिखा है, वहाँ गाय भैंस, बकरी आदि का जो प्राप्त होसके व्यवहार में लावे सूचनायं निवेदन है।

मुख और दन्त रोग।

मुख और दन्त सम्बन्धी व्याधियां तो अनन्त है परन्तु यहां केवल उन्ही का वर्णन किया जायेगा जिनमें दूध एक सर्वोत्तम औषधि है।

मुंह के छाले।

प्रायः लोगों के मुख में छाले पड़ जाते हैं। जिनके अनेक

कारण हैं। यहां छालों के लिए एक सरल प्रयोग लिखा जाता है। जिससे शीघ्र ही लाभ होजाता है।

दिनमें तीन चार बार कच्चे दूध के गण्डूष कराये इससे सरलता पूर्वक आराम हो जाता है।

मांस खोरा ।

इस रोग से परमात्मा ही रक्षा करे। बड़ी भयंकर व्याधि है। निम्नलिखित प्रयोग से ऐसे रोगियों को भी लाभ होजाता है जब कि मसूड़ों का मांस गल गया हो। दांत हिल लग गये हों। ऐसे समय पर उचित है कि—

रोगी को हिरनों के दूध के गण्डूष कराये जावे इससे शीघ्र ही आराम होजाता है।

नोटः—खोज करने वालों को हरिणों का दूध प्राप्त कर लेना कुछ भी कठिन नहीं है तथापि नमिल सके तो बकरी का दूध भी लाभदायक है किन्तु चिरकाल तक प्रयोग करने में लाभ होता है।

कंठ और गलेकी व्याधियां ।

कंठ और गले की बीमारियों में से इन यहां दो स्वान्वय नाशक बीमारियों का वर्णन करेंगे। इसके अतिरिक्त कितनी और

गले की बीमारी के लिये हमें दूध का लाभदायक सिद्ध होना प्रतीत नहीं हुआ ।

खुनाक ।

यह एक अत्यन्त ही दुष्ट व्याधि है जिससे चंगा भला जीता जागता मनुष्य प्राणी दम घुटकर परलोक को सिधार जाता है । इससे रोगी का कण्ठ इतना अधिक सूज जाता है कि पानी भी कण्ठ से नीचे नहीं उतरता बल्कि सांस भी कष्ट से आता है ।

खुनाक के लिये सरल उपाय ।

दूध के गण्डूष करना और दूध की टकोर करना अति उत्तम है । यदि गंधी के दूध से गण्डूष कराये जावे तो शीघ्र लाभ होता है ।

कंठ माला ।

यह वह व्याधि है, जिसमें रोगी घुल घुलकर जान देता ही कण्ठमाला के रोगी को क्षयरोग भी हो जाया करता वैद्यक मतानुसार कण्ठमाला और क्षय के किटाणु एक ही होते हैं । जब उनका आक्रमण गले से उतर कर फेफड़ों पर जा होता है तो रोगी क्षय रोग में प्रसित हो जाता है,

अतएव यह रोग सरलता पूर्वक जाने वाला नहीं है। यहां हम एक प्रयोग लिखते हैं।

कण्डमाला की दुग्ध चिकित्सा।

यह प्रयोग “अलवी” साहिब का अनुभूत सिद्ध है, किन्तु यह उसी समय लाभ करता है जब कण्डमाला की गिल्टिय फूट चुकी हों। बिना फूटी हुई गिल्टियों पर तनिक भी लाभ नहीं होता।

दिन में तीनवार दूध की टकौर करें और प्रतिवार दो घण्टा से कम न हो। इससे निरन्तर १५ बीस दिन की टकौर से आराम हो जाता है। देखिये कितना सरल उपाय है।

गले के घाव।

यदि गले में छाले या घाव हो गये हों और किसी प्रकार भी ठीक न होते हों तो, उनके लिए उचित है कि रोगी को बकरी के दूध से गण्डूष करावें, इससे बहुत जल्दी लाभ हो जाता है।

नोट—शेख बू अलीसीना ने अपनी पुस्तक कानून शेख में लिखा है। कि जिहा के पकने और फट जाने पर बकरी के दूध के गण्डूष कराना अति हितकर है।

छाती और फेफड़े के रोग

रुधिर निकलना

यदि रोगी के खांसने से रुधिर आता हो परन्तु फेफड़े का न हो तो उसके लिये भेड़ का दूध अति लाभ प्रद है। प्रति दिन इच्छानुसार पिलाना चाहिए।

❀ कास ❀

गरमी से होने वाली खांसी के लिये बकरी का ताजा धारोष्ण दुग्ध मिश्री मिलाकर पिलावे।

पुनः

खांसा के लिये ऊँटनी का दूध भी लाभदायक है परन्तु ताजा होना चाहिए।

काली खांसी ।

यह अत्यन्त कष्ट देने वाला रोग है जो प्रायः ही बालकों को हुआ करता है अतएव इसका आश्चर्यजनक प्रयोग बाल चिकित्सा में लिखा जावेगा, वहां देखलें।

दमेका अत्ताई इलाज

कई भाग्यशाली निम्नलिखित प्रयोग से बिलकुल स्वस्थ्य हो गए । हमारे सामने अनेक लोगों ने इसका साक्षी दी है किन्तु इतने प्रामीण लोग ही लाभ उठा सकते हैं । अमीर और नाजुक लोगों के यह दवा हज़म नहीं होती ।

मैंस जब प्रथमवार बच्चा प्रसव करे उसका प्रथम दूध (खीस) सारा का सारा रोगों को पिलादे बस ! यही प्रयोग है, जिसे कई व्यक्तियों ने हर्कामाना सांघे में ढाल लिया है, सागंश वह पहिलीवार के दूध को लेकर सुखा कर रखें और सूख पीसकर चूर्ण बनालें । मात्रा एक हथेली भर उष्ण जल में दिया करें । कहते हैं यह भी लाभदायक सिद्ध होता है ।

दमे का दौरा रोकने का उपाय ।

दमे का दौरा पड़ने के समय रोगों की जो दशा होती है उसको चित्रित करना असम्भव है । रोगों कभी उठता है कभी बैठता है, कभी खड़ा होता है, कभी आगे की ओर झुकता है कि सांस आसानी से आए परन्तु सकलता नहीं मिलती ऐसे कष्ट से मुक्त करने के लिए हम यहां यह प्रयोग लिखते हैं ।

निर्वोज १० मुन्नका कुचलकर १० तोला गोदुग्ध और

१० तोला पानी मिलाकर इतना उबालें कि पानी जलकर दुग्ध मात्र शेष रह जाये, अब उसको छानकर ६ माशा वादाम रोगन और १ तोला मिश्री तथा ५ काली मिर्च डालकर पिलावें तत्काल दौरा रुक जावेगा ।

नोट:—केवल उष्ण दूध पिलाना भी हितकर है ।

पल्चुरसी और नमोनियां

इसमें सन्देह नहीं कि नमोनियां भयंकर रोग है इस से आप साल लाखों प्राणी मृत्यु को प्राप्त होजाते हैं किन्तु दूध की टकोर (सेंक) भी इसको दूर करने में हुकमी असर रखती है । इससे पल्चुरसी Pleurisy और नमोनियां (Pneumonia) दोनों अच्छे होते हैं जो निम्न प्रमाणां से सिद्ध है ।

प्रथम प्रमाण ।

डा० गरगोनिया अम्बेरिया इटली, मेडीकल डाईजस्ट बम्बई के पत्र में लिखते हैं Pleurisy और Pneumonia में कच्चे दूध की टकोर बहुत हद तक ज्वर वेग को कम करती है, और पीड़ा भी शान्त करती है । रोगी को शीघ्र लाभदायक है । पसलियों के मध्यवर्ती मांस में पीड़ा और खिचावट होतो वह भी इससे दूर हो जाती है ।

१. द्वितीय प्रमाण ।

श्रीयुक्त डाक्टर सरदार अलीयांसाहिब W.O.E.M. D. S.A.S. लिखते हैं कि, नमोनियाँ के रोगी को खांसी के लिये एक औषधि दी गई और बाह्य उपचार में पीडा रोकने के लिये दूध की टकोर कराई गई जिससे तीन दिन में ही रोगी को पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया ।

एक नमोनियाँ का और रोगी देखा गया, जिस को १०४ डिगरी ज्वर था और लेसदार उंगारी रंग का कफ धूकता था खांसी भी बड़े जोर की थी उसको दूध से टकोर कराई गई, दिन में एक बार रात्री में तीन बार डेढ़ घण्टा प्रतिवार तक कराई जिससे रोगी को कष्ट से तो प्रथम दिवस ही मुक्ति प्राप्त होगई थी और सम्पूर्ण लाभ चार दिवस में हुआ ।

कठिन साध्य नमोनियाँ

इसी प्रकार एक और रोगी देखने में आया जिसके एटोस्कोजस्टीन का लेप करने और नमोनिया मिक्चर पिलाने से तनिक भी लाभ नहीं हुआ था उसे भी दूध की टकोर से लाभ हुआ । दिन में चार बार प्रतिवार एक २ घण्टा करने से १२ दिन में रोगी पूर्ण स्वस्थ हो गया ।

आमाशय और दन्त रोग ।

यदि आमाशय में घरम हो गया हो, घमन होती हों तो, ऐसी दशा में आमाशय पर दूध की टकोर करना अत्यन्त हितकर है । २४ घण्टा तक दुग्ध के अतिरिक्त खाने को और कुछ न द, तदपश्चात् दूध, चावल, खिचड़ी आदि और पुनः धीरे २ रोटी आदि खाने देना चाहिए । आमाशय का घमन कठिनता से जाने वाला रोग है, किन्तु दुग्ध की टकोर (तकमीद) से आराम हो जाता है ।

वमन ।

वमन बन्द करने के लिए भी दूध की टकोर सर्वोत्तम उपाय है पिलानेके लिए शीतलदूध घून्ट घून्ट पिलाना उत्तम है ।

हिका ।

हिचकी यदि देर तक न थमे तो वेचैन बना देती है किन्तु इसके लिए ली के दूध की नस्य देना अत्यन्त सरल और सर्वोत्तम उपाय है ।

भूख न लगना ।

और सब प्रकार के दुग्ध लूधा को रोक देते हैं, परन्तु ऊंटनी का दूध लूधावर्धक है ।

कोडी की पीड़ा ।

इस रोग से परमात्मा ही रक्षा करे यह बड़ा ही दुःखदायक रोग है । जिससे रोगी लोडपोट हो जाता है । इस रोग के निम्नलिखित प्रयोग अद्वितीय हैं, जिसको सर्व प्रथम हकीम इलाहीबख्श महोदय सन्यासी ने अपनी पुस्तक में प्रकाशित किया था तदुपरान्त अनेक पुस्तकों में लिखा गया । हमारा अपना भी अनुभूत है ।

कूंडनी का १॥ सेर दूध लेकर कोरी हांडी में डालें, किन्तु हांडी इतनी बड़ी हो जिसमें ४ सेर दूध समा सके और दूध ढालने से पूर्व हांडी को पानी से भरकर रखें तदुपश्चात् उसमें दूध डालकर शीशा नमक (जो पञ्जाब से आता है) ८ तोला अति सूक्ष्म पीसकर मिला दें, और मन्द-मन्द अग्नि पर पकाना आरम्भ करें और धीरे २ लकड़ा आदि से हिलाते रहें । यदि एक मिनिट के लिये भी छोड़ दिया तो तमाम दूध उदलकर बाहिर निकल जायगा । इस प्रकार एक पहर पकाने से दूध गाढ़ा हो जायगा । तब उसमें अत्योत्तम ३ माशा काश्मीरी केशर (जो पहिले से दो दूध में पीसकर रखी हो) मिला दें और फिर पका दें ।

किन्तु अग्नि बिल्कुल मन्द २ जलायें परना दाग पड़ जाने का भय है । जब खोया तैयार हो जावे तब उतार लो शीतल होने पर

स्वयंमेव ही सुख जायेगा । संभाल कर रखें । वस दवा ३. वसीर तैयार है ।

सेवन विधि ।

मात्रा १ माशा दो घून्ट शीतल जल से खिला दें तत्क्षण पीड़ा शान्त हो जावेगी । यदि रोग पुराना हो तो तीसरे पहर एक माशा और खिला दें । दूध, चावल, मट्ठा, छाछ और तोरई के साग से परहेज रखें ।

भोजन—करेला अथवा चने की दाल का पानी और गेहूँ की रोटी खाने को दें ।

अतिसार ।

यदि मल पतला होकर अधिक मात्रा में निकले तो अतिसार और बारम्बार कब्ज के साथ निकलने को पेचिश (मरोड़) कहते हैं । यहां दोनों प्रकार के रोगों की दुग्ध चिकित्सा का वर्णन किया जाता है ।

अतिसार चिकित्सा ।

उष्ण करके ठण्डा किया हुआ आध सेर गोदुग्ध लेकर उसमें लोहे का बड़ा सा टुकड़ा खूब तपाकर जब वह लाल सुखे हो जावे, ढाल दो । जब ठण्डा हो जावे फिर गरम करके दूध में

डाल दो। इस प्रकार ७-८ बार लोहे के टुकड़े को गरम कर करके दूध में बुकाते जाओ, फिर आवश्यकतानुसार मिश्री मिला कर पिलावें। इस दूध के पीने से दस्तों का आना बन्द हो जावेगा।

दूसरी विधि ।

यदि लोहे के टुकड़े की बजाय मिश्री की ठंकरों को भी उपरोक्त विधि से गरम करके दूध में बुकाते रहें और फिर मिश्री मिलाकर दूध पिला दें तो अतिसार के रोगी को लाभ हो जाता है।

तृतीय विधि ।

गाय या बकरी के आध सेर दूध में पत्थरों तथा टीकरियों के कुछ टुकड़े डालकर उबालें और शीतल करके मिश्री मिला करके पिला दें तो इससे भी दस्त बन्द हो जाते हैं कितना सरल उपाय है।

अतिसार की पूर्ण चिकित्सा ।

श्रीयुक्त डा० सरदार अली खान साहिब लायलपुर से लिखते हैं कि रोगी के पेट पर कच्चे दूध की टकोर कराने और दोनों समय दूध से वस्ती क्रिया करने से अति शीघ्र दस्तों का

धनाना बन्द हो जाता है अनेकबार का अनुभूत है ।

पेचिश ।

पेचिश के दस्तों में भी उपरोक्त क्रिया लाभदायक सिद्ध हुई है, दोनों समय वस्ती क्रिया करें और दूध की स्कोर करावें ।

दूसरा चुटकला ।

सुद पड जाने से पेचिश हो तो उसके लिये भेड़ का दूध निरन्तर कई दिन तक पिलाते रहना अति लाभदायक है । इससे सुद निकलकर पूर्ण आराम हो जाता है, जैसा कि बाल चिकित्सा प्रकरण में आयेगा ।

संग्रहणी ।

यही भयंकर और कठिनता से जाने वाली व्याधि है । इसकी चिकित्सा में बड़ी २ औषधियां फेल हो जाती हैं । ऐसी बहुत ही कम औषधियां हैं जिनसे यह रोग जड़ मूल से नष्ट किया जा सकता हो, तथापि यह कहना सर्वथा अनुचित है कि इस रोग का कोई इलाज ही नहीं ।

इससे पूर्व भी हमने एक नुसखा अपनी मास्टर पीस पुस्तक "अनुभूत योग चिन्तामणी" में प्रकाशित कर दिया है, जो संग्रहणी की जड़ मूल से नष्ट करने में रामबाण है । विशेषता यह है कि

एक रोगी के लिये दो पैसे की दवा प्रदान होती है। जिन्हें देखने की इच्छा हो वह मूल पुस्तक को मंगा कर देखें। अब यहाँ संप्रहणी की दूध से चिकित्सा करना लिखते हैं। दूध भी संप्रहणी के लिये अपूर्व वस्तु है। किन्तु कड़िगता तो यह है कि संप्रहणी का रोगी दूध को हजम नहीं कर सकता। यदि अधिकाधिक मात्रा में दूध हजम होने लगे तो फिर रोग को जितने देर नहीं लगती। अतएव साथ में कोई दुग्ध पाचक औषधि खिनाते रहना चाहिए। जब रोग पुराना होजावे तो उचित है और सब प्रकार के भोजन बन्द कराकर केवल दुग्धाहार ही करना अति लाभप्रद है। यही यह बात कि दूध किस प्रकार हजम कराया जाय। इसके लिये पुस्तक के आरम्भ में ही हमने कुछ ऐसे प्रयोग लिख दिये हैं जिनसे दूध अधिकाधिक मात्रा में हजम हो सकता है। विशेषकर वह गोमयों जिनमें अफीम और मीठा तैलिया सम्मिलित है—अति लाभप्रद है। जिनके सेवन से क्रमशः दूध बढ़ाते २ सेरा तक पहुँचाया जा सकता है यहाँ तक कि कां रोगी तो १० सेर १५ सेर तक दूध नित्य पचा जाते हैं। जिससे न केवल रोग रोग मुक्त हो जायगा बल्कि हृष्ट पुष्ट और बलवान भी हो जाता है। इसी प्रकार वही भी संप्रहणी के लिये अपूर्व दवा है। हमने वही से अनेक रोगियों को चिकित्सा की है जिससे गिन्ती के दिनों में ही रोगी पूर्ण स्वस्थ हो गए। वही को चिकित्सा विधि "वही गुण बिधान" पुस्तक मंगा कर देखें। मूल्य १० मात्र ही है।

कोलंज ।

इस रोग में भीदूध अति लाभदायक है । इस का अनुमान इस बात से किया जाता है कि एक रोगी को प्रायः २० घंटे से कोलंज का बंद हो रहा था । ऐसी दशा में उसको साबुन के पानी से बस्ती दागई परन्तु उससे लाभ नहीं हुआ फिर क्लोरोडीन ३० वून्ड पिलाई गई किन्तु उससे भी तनिकसा फायदा हुआ । तदुपश्चात् दूध की टकोर कपाई गई और उससे उसी क्षण पीड़ा शान्त होनी आरंभ हो गई और पुरे एक घंटे में पूर्ण लाभ हो गया । देखिये जहाँ अंग्रेजी दवा क्लोरोडीन से १॥ घंटे में कुछ लाभ प्रतीत न हुआ वहाँ दूध से आराम हो गया ।

अन्धी आंत की सूजन

यह पीड़ नाभि से प्रायः दो इंच नीचे दाईं ओर हुआ करती है, और दबाने से बहुत ज्यादा हुआ करती है । इसको बन्द करने के लिये भी दूध अद्भुत चमत्कारी गुण दिखाता है ।

एन्टीफ्लोजस्टिन से जहाँ तनिक भी लाभ न हुआ वहाँ दूध की टकोर से पहिले ही दिन लाभ प्रतीत होने लगता है और तीन चार दिन में ही पूर्ण लाभ हो जाता है । (अल्बी)

कोष्ठवद्धता

कई मनुष्यों को तो रात्रि को सोते समय गरम दूध पी लेने से प्रातः काल खुल कर दृष्टी लग जाती है किन्तु कष्टों को तनिक अन्तर प्रतीत नहीं होता बल्कि अधिक कष्ट हो जाया करता है। ऐसे लोगों को उचित है कि यह दूध में एक तोला बादाम, रोगने मिलाकर पिया करें। या ऊंदनी मयशा मेंही का दूध पीवें।

हृदय के रोग।

यहाँ केवल उन्हीं रोगों का वर्णन किया जायेगा, जिनकी द्रव्य से चिकित्सा हो सकती है।

हृदय की धड़कन।

इस रोग के रोगी को नहीं तो पूरी निद्रा आती है और माँहीं किसी काम को पूर्णरित्या कर सकता है। तनिक से कोलाहल से अथवा जरासी मुसीबत से घबरा जाता है, हृदय धड़कने लग जाता है तथा एकान्त प्रिय हो जाता है। सारांश रोगी भान्ति २ की कठिनाइयों में फँस जाता है, इसकी सर्वोत्तम द्रव्य चिकित्सा यही है जो उन्माद रोग के प्रकरण में लिखी जा चुकी है। जिसके ४० दिन तक जारी रखने से हृदय की गर्मी और मय आदि दूर हो कर रोगी स्वस्थ हो जाता है।

गर्मी के अनेक रोगों एक ही अद्वितीय चिकित्सा ।

निम्नलिखित प्रयोग हमारा तथा हमारे मित्र कई हकीमों का अनुभूत सिद्ध है । यह हृदय को धड़कन, प्रमेह, तृषा, होलदिल और बेचैनी आदि के लिए लासानी है । और विशेषता यह है कि बाहरी तो दवा की तैयारी में मगड़ा करना पड़ता है और नहीं विशेष लागत की चीज है ।

बकरी का या गाय का आध सेर दूध लेकर मिट्टी के कौर कुज्जे में डालें और उसके गले में रस्सी बांध कर रात्रि के समय किसी खूटे पर लटका दें जिससे कि चन्द्रमा की शीतल किरनों का प्रभाव सीधा कुज्जे पर पड़ता रहे । फिर प्रातःकाल के समय उस दूध में ३ तोला मिश्री मिलाकर और दो चार बार उलट पुलट कर के रोगी को पिला दें, गिनती के दिनों में रोगी रोग मुक्त हो जावेगा । अनेक बार का अनुभूत है ।

नोट:—प्रायः ही लोग ऐसे साधारण चुटकुलों पर विश्वास नहीं करते और उनसे होने वाले लाभों से वंचित रह जाते हैं । अतएव पाठक वृन्द इसे साधारण प्रयोग न समझें ।

यकृत और प्लीहा सम्बन्धी रोग ।

इसमें सन्देह नहीं, कि प्लीहा भी मनुष्य शरीर का एक

अत्यावश्यक अंग है, किन्तु इसमें रोग उत्पन्न हो जाने पर स्वास्थ का पुन्यकुमलाये बिना नहीं रहता। अतएव नीचे हम पकृत और प्लीहा सम्बन्धी रोगों का वर्णन करते हैं। और साथ ही इन रोगों की दुग्ध चिकित्सा भी लिख देते हैं।

यकृत पीड़ा ।

यह पीड़ा बड़े जोर से हुआ करती है जो मिचलाता है और वमन होती है, कभी हिचकियां सतानें लगती हैं। नीचे हम इसी पीड़ा की चिकित्सा लिखते हैं जिससे सिन्दों में ही तड़कने हुए रोगों को चैन पड़ जाता है।

यकृत स्थान पर दूध से टकोर शुरू करायें की बार की टकोर से शर्तिया आराम हो जावेगा। टकोर करने का विधि गत पृष्ठों में लिखी जा चुकी हैं। अजयी साठेय लिखते हैं कि एक रोगी को यकृत की कठिन पीड़ा हो रही थी। हमने दूध में टकोर (तकमीद) करानी शुरू की जिससे पहली बार में ही आराम हो गया, किन्तु एक बार और कराई गई।

यकृत शोथ ।

यह रोग भी कठिनता से जाने वाला है, हमने चेहरे का रंग मटियाला सा होजाना दे और यकृत स्थान में पीड़ा हुआ करती हैं सांस खिचकर आता है और रोगों को बड़े जोर क

धुक्त तो उबलते हुए दूध में चार तोला कलमी शोरा डाल कर दूध को तत्क्षण चूल्हे पर से उतार लें, दूध फट जावेगा। उसका पानी कपड़े में से छान लें। और इस पानी को तीन दिन पिलावें और रोगी को हिदायत कर दें कि इसको पीने के पश्चात् बाई करवट के बल लेट जाये, तथा उन दिनों में भोजन खिचड़ी मूंग या अरहर की दाल घृत मिलाकर खिलायें परन्तु दवा लेने के बाद दुपहर तक कुछ न खाना चाहिए यदि तीन दिन के पश्चात् पूर्ण रूप से आराम नहीं हो तो फिर ७ दिन तक सेवन कराना उचित है। श्री खूब खिलाते रहें। एक सप्ताह में शर्तिया आराम हो जावेगा। (इस्राकल तिग्बा)

प्लीहा चिकित्सा ।

यदि कई दिन तक निरन्तर दिन में चार बार दूध की टकोर खी जावे तो कुछ दिनों में प्लीहा को आराम हो जाता है। (अलबी)

प्लीहा में दूध का टीका ।

परिष्कृत दूध का टीका भी इस रोग में अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुआ है। दो सप्ताह में तीन-चार अथवा ५ टीकों में प्लीहा अपनी असली हालत पर आ जाती है। विशेष कर मलेरिया के कारण से बढ़ी हुई प्लीहा के लिए यह चिकित्सा अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुई है। हां। काले आजार से होने वाले रोग में इससे

अधिक सफलता प्राप्त नहीं हुई।

टीका लगाने का स्थान ।

टीका शिराओं के स्थान पर अवयवों के मध्य में लगाया जाता है और दूसरे तीसरे या चौथे दिवस के अन्दर से क्रमशः दो, चार, छः, आठ और दस सी-सी-एम-की मात्रा में परिष्कृत दुग्ध जिसके सिन्धु द्रव्य रिक्त हुल दूर कर दिये गये हों शरीर में प्रविष्ट किया जाता है (Indian Medical Gazette)

दर्द गुर्दा का उपाय ।

दूध से कपड़ा तर करके जरासा निचोड़ दें ताकि काष्ठ दूध निकल जाये और फिर गुर्दे पर रख कर ऊपर गर्म पल्लोकेन का कपड़ा रख कर पट्टी बांध दें और इसी प्रकार दिनमें दो बार करें । और रोगी को मुँह अधिक लाने वाली आनखें भी खिला दें पीड़ा शान्त हो जावेगी ।

नोटः—जहाँ दूध की दूतोर दर्द गुर्दा को शान्त करती है वहाँ यह भी याद रखना उचित है कि निम्नतरगी दुग्ध पान करने करने से दर्द गुर्दा और पत्थरी अदि रोग उत्पन्न हो जाते हैं। अतएव दर्द गुर्दा के रोगी को गौ दुग्ध न पिलायें ।

इस रोग में रोगी को अत्यधिक पान करना चाहता है । जिस से बारम्बार जल पान करता रहता है और उसका दो परिणाम

फर दिन में दो बार पिचकारी करें यहां तक कि मसाना दहल जाये । इससे सोजाक की बढी हुई पीड़ा को प्रथम दिवसही शराम भाने लगता है । और कुछ ही दिनों में पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो जाता है । यदि पिजाने के लिए थोड़ी के दूध वाला प्रयोग इसके साथ व्याहार में लाया जावे तो यह पूर्ण चिकित्सा है ।

मूत्र दाह ।

यह रोग भी सोजाक का नमूना है, इसके लिए यदि दूध को पूर्वोक्त कथनानुसार (दूध को कूजे में डाल कर चन्द्रमा के प्रकाश में लटकाना लिखा गया है) पिजाया जावे तो कुछ ही दिनों में पूर्ण लाभ होजावेगा ।

सख्त उपाय ।

बकरी के ताजा दूध में बहुतसा ठंडा पानी मिलाकर और उसमें मिथ्री या खांड मिलाकर पिलाने से मूत्रकृच्छ्र, मूत्रदाह दूर होजाता है । गर्भ चीजों से परहेज करावे ।

गुदा के रोग ।

गुदा रोगों में से अर्श एक प्रसिद्ध रोग है, जिसकी कठिन पीड़ा के कष्टों से मनुष्य मात्र परिचित हैं । भारतवर्ष में तो बिरला ही कोई ऐसा कुटुम्ब होगा जो इस भयंकर रोग के आक्रमण से

सुरक्षित रहा हो। यही कारण है कि प्रत्येक व्यक्ति यहाँ चाहता है कि अर्श का चिकित्सक बनजाऊँ तो मेरा रोजगार सम्पूर्ण चल सकता है, इसके विषय में नीचे कुछ छोटे हुए छुटकले लिखे जाते हैं।

अर्शनाशक दुग्ध चूर्ण ।

एक आश्चर्य जनक विधि जिससे दुग्ध मैदे के समान चूर्ण बनाया जा सकता है।

दयालु ईश्वर ने जड़ी बूटियों में ऐसे २ दिव्य गुणभर दिए हैं जिनसे भयंकर से भयंकर रोगों को सरलता पूर्वक मिटाया जा सकता है। अतएव हम यहाँ एक ऐसी ही बूटी का वर्णन करते हैं जिससे न केवल दूध को ही मैदे की तरह बनाया जा सकता है। बल्कि वह अर्श रोग को भी अत्युत्तम औषधि बन जाता है।

मैस का दुग्ध लेकर चूल्हे पर रखें और उस में थोड़ी बूटी की कुछ शाखायें लेकर दूधमें फिरते रहें यहाँ तक कि दुग्ध चूर्ण के रूप में हो जाये। फिर सम भाग खांड मिलाकर रोतल में भर कर रखलें। अर्श पीड़ित को प्रतिदिन एक हथेली भर मात्रा में दूध के साथ खिलाया करें अर्श के लिए लाभदायक है।

पीड़ा शान्त करने और

मस्से गिराने का उपाय ।

यदि बिछी का दूध मस्सों पर लगाया जाये तो मस्सा

पीड़ा शान्त हो जाती है। और कई बार लगाने से रक्त श्राव बन्द हो जाता है और चिरकाल लगाते रहने से मस्से मुरमा जाते हैं।

त्वचा तथा सन्धि की व्याधियां।

नीचे उन बीमारियों का वर्णन किया जाता है जिनका सम्बन्ध त्वचा और सन्धियों से है।

कण्डू (खुजली)

निम्न लिखित चिकित्सा से हर प्रकार की खुजली मिट जाती है, विशेष कर खुश्क खुजली के लिए तो अक्सीर ही है।

गौ दुग्ध से दिन में तीन चार बार कण्डू स्थान को धोने शीघ्र ही आराम होजाता है। अत्यन्त सरल और लाभदायक विधि है।

यदि सारे शरीर पर कण्डू हो तो दुग्ध में पानी मिलाकर उस में कपड़ा तर करके शरीर पर मालिश कराये। इसी प्रकार प्रतिदिन एक घण्टा मालिश किया करें तीन चार दिवस की मालिश से ही शर्तिया लाभ हो जावेगा।

दद्रु ।

दाद की यह अन्यर्थ चिकित्सा है, प्रतिदिन दो बार पूर्व कथनानुसार दुध की टफोर किया करें इससे कण्डू तो प्रथमदिवस

ही मिट जायेगी किन्तु पूर्णव्यालाभ तो निरन्तर कई दिवस पर्यन्त प्रयोग जारी रखने से ही होगा ।

चम्बल ।

चम्बल के लिये केवल बाह्य चिकित्सा पर ही निर्भर नहीं रहना चाहिये बल्कि उचित है कि पहले जुलाब देकर फिर कोई रक्त शोधक औषधि का सेवन करावें, पुनः दूध को टफोर आरम्भ करें, निरन्तर दो तीन सप्ताह के सेवन से लाभ होगा ।

तर खाज ।

इस रोग में पहले पुन्सियां होती हैं और फिर उनमें अत्याधिक खाज आया करती हैं । खुजाने से जो पीत वर्ण का पानी सा निकलता है । वह इतना तीक्ष्ण होता है कि यदि किसी दूसरे स्थान पर लग जावे वहाँ पर पुन्सियां उत्पन्न हो जाती हैं । प्रायः ही बाजू और सिर पर ये पुन्सियां अधिकतर देखी गई हैं, इस लिए निम्न लिखित दुग्ध चिकित्सा करें ।

दिन में दो बार कच्चे दूध से टफोर करावें, इससे प्रथम दिवस ही कण्डू का उठना बन्द हो जाता है और कुछ दिनों में पूर्ण लाभ हो जाता है ।

व्रण ।

व्रण को पकाना, फोड़ना और दाव को भरना इत्यादि से

सब कुछ तो दूध से नहीं हो सकता तथापि पीड़ा को दूर करने और घाव को भरने के लिये दूध की टकोर उत्तम उपाय है । यदि फोड़ा कष्ट दे रहा हो तो उसे नशतर से चीर कर इस पर दुग्ध टकोर की क्रिया करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है ।

लाहौरी फोड़ा ।

कथन मात्र के लिए तो यह फोड़ा ही है, किन्तु है ऐसी बुरी बला कि रोगी का पीछा छोड़ता ही नहीं । बड़ी २ मरहमें इसकी जड़ को उखाड़ने में फेल हो जाती हैं । परन्तु इसके लिए भी दूध की टकोर अत्युत्तम उपाय है ।

फोड़े को लैनसिट से छीलकर उसका घाव खोल दें और उस पर दूध की टकोर दिन में दो बार कराया करें । इस चिकित्सा से दो तीन सप्ताह में ही पूर्ण आराम हो जाता है ।

छपाकी ।

यह रोग कुछ ही घंटों के लिए हुआ करता है, किन्तु कई बार देखा गया है कि कश्यों का महीनों पीछा नहीं छोड़ता । अतएव इसके लिए भी प्रथम जुलाव देकर पुनः दूध में पानी मिलाकर और उसमें कपड़ा भिगोकर शरीर पर मालिश करनी चाहिए ।

पुराना घाव (नासूर)

जब घाव पुराना होजावे तो उसका भरना बहुत कठिन होता है। इसके लिए उचित है कि बारिक कपड़े की बर्तों बना कर और दूध से तरकरके जख्म के अन्दर रखा करें। इस चिकित्सा में समय तो लगेगा किन्तु लाभ अवश्य होजावेगा।

नोटः—यदि घाव का मुंह तंग हो तो उसको शोषण करके चौड़ा कर लेना चाहिए।

छाले ।

कई बार शरीर के किसी भाग पर अनेक छाले उत्पन्न हो जाया करते हैं जो कि बहुत जलते रहते हैं। इसके लिए भी कच्चे दूध की टकोर कराना अत्यन्त लाभ दायक सिद्ध हुआ है। कई बार की टकोर से छालों का पानी जख हो कर पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो जाता है। भारम होने पर भी कुछ दिन तक टकोर करते रहना चाहिए।

आन्तरिक घाव ।

शेखुल रईस घुयलीसीना का कथन है कि आन्तरिक घावों के लिये दूध अत्युत्तम औषधि है। दूध के पीने से आन्त-

रिक घाव धुल जाते हैं। यदि कोई विशेष रुकावट न हो घाव भर भी जाते हैं।

चेहरे के दाग व कील।

रात्री के समय बकरी के दूध में सरसों भिगो कर रख दें और प्रातः काल घोट कर मुख पर मलें और कुछ देर बाद गर्म पानी और साबुन से धो डालें। कई बार के प्रयोग से लाभ हो आवेगा।

दूसरी विधि।

स्त्री और गधे के दूध का खोया बनाकर रात को चेहरे पर लेप करें और प्रातः काल समोष्ण पानी से धोवें इसके कई दिन के प्रयोग से कील, काँटे, दाग साफ होकर रंगत निखर आती है।

पश्चिमी स्त्रियों का तरीका।

सुना जाता है कि रुमी जाती के उन्नति काल में अनेक सौन्दर्योपासक अमीर जादियाँ सौन्दर्य वृद्धि के लिए जल की अपेक्षा दुग्ध स्नान किया करती थीं। उनका विचार था कि दुग्ध स्नान से मनुष्य न केवल अनेक रोगों से बचा रहता है बल्कि

सौन्दर्य वृद्धि के लिए भी अत्योत्तम साधन है।

आज कल योक्ष की अनेक रमणियां दुग्ध स्नान करने कम की कथाओं का क्रियात्मक अनुकरण कर रही हैं विशेष कर सिनेमा की पक्करस।

इस काम के लिए प्रायः ही बकरी या गर्धी का दूध इस्तेमाल किया जाता है। ईश्वर की लीला है कि भारतवासियों को तो पीने के लिए भी दूध प्राप्त नहीं होता परन्तु कोई इससे नैत्र उतारने का काम ले रहे हैं।

सारांश परिणाम यह निकलता है कि दूध से दान, अर्ध दूर होकर त्वचा कोमल और स्वच्छ हो जाती है। वस ! हमारा तो केवल इतना ही अभिप्राय है।

ज्वरों का वर्णन।

ज्वरों के भेद आदि वर्णन करने के लिए यहां स्थान नहीं है और न ही पुस्तक का यह विषय है। अतएव हम इन सब बातों को छोड़कर केवल दो प्रकार के ज्वरों का वर्णन करते हैं।

विषम ज्वर को तेजी दूर करना।

दूध ज्वर को रोकने में तो तनिक भी लाभदायक नहीं है किन्तु ज्वर की तेजी को दूर करने के लिए अतितीक्ष्ण औषधि का काम देता है।

जब ज्वर का जोर हो तो ऐसे समय पर सिर और छाती तथा हाँगों पर कच्चे दूध की टकोर करायें इससे अति शीघ्र ज्वर का वेग दूर होजावेगा। परन्तु ज्वर को रोकने के लिए कोई और चिकित्सा करनी चाहिए।

राजयक्ष्मा ।

यह वह रोग है जिसके पंजे में फंसकर अपनी जान नहीं बचा सकते। रोग क्या है, यमपुर का संदेश है। दुर्भामाग्य से जो भी कोई इस रोग में ग्रसित हो जाता है तो बस जीवन से हाथ धो बैठता है। इसमें सन्देह नहीं कि आजतक राजयक्ष्मा की कोई ऐसी सफल चिकित्सा प्रतीत नहीं हुई जिससे ५० या ६० प्रतिशत सफल कहा जा सके। तथापि जो औषधियाँ सफल प्रमाणित हुई हैं उनमें से “दूध” भी एक है। जिससे कई एक लोगों को सौभाग्य से स्वास्थ्य लाभ हो चुका है। हम यहां ऊर्ही उपायों का वर्णन करेंगे जो सफल सिद्ध हो चुके हैं।

राजयक्ष्मा और गधी का दूध ।

राजयक्ष्मा और विद्रधि के लिए गधी का दूध अति लाभदायक सिद्ध हो चुका है। हमने स्वयं कई बार रोगियों पर अनुभव करके इसको लाभदायक पाया है। इससे रोगी के रोग में दिन प्रति दिन अन्तर पड़ता चला जाता है। विधाता की

ओर से जिसका जीवन अवशेष होता है। वह अवश्य तन्दुरुस्त हो जाता है।

विधि ।

स्वस्थ, युवा और बलवान गधों का दूध प्रातः सायं १५-१६ तोला लेकर शर्वत वनफला में मिला कर पिलाया करें। यह भी ध्यान रहे कि जिस गधों का दूध, रोगों को पिलाया जा रहा है, उसको अच्छी खुराक देनी चाहिये जैसा कि प्रयत्न कुंठनी के विषय में लिखा गया है। तथा दूध के लिए ऐसी गधों खोजनी चाहिए जिसने नर बच्चा प्रसव किया हो।

यह खास हकीमाना नुस्खे हैं जिनको प्रत्येक मनुष्य नहीं जानता इसलिए चिकित्सक को इन सब बातों का ध्यान रखना उचित है। यदि किसी सूखा, सड़ा, बीमार गधों का दूध पिला कर कोई इस प्रयोग को असत्य सिद्ध करेगा तो उसका कथना-वमान्य होगा।

स्त्री का दूध और राजयक्ष्मा ।

कुछ काल की बात है कि अंग्रेजी समाचार पत्रों में दोष-पियन फिलोसफरों के एक नवीन अन्वेषण का बर्णन हो रहा था जिनमें लिखा गया था कि स्त्री का दूध मानुषों शक्ति को स्थिर रखने और खोई हुई शक्ति को पुनः वापिस लाने के लिए अमृत

स्नानागार ।

स्नान के लिए ऐसे कमरे का प्रबन्ध करें जो कि स्वच्छ और प्रकाश युक्त हो कमरे में वायु तो आती हो पण्तु सीधी रोगी के शरीर को न पहुँचती हो । ऐसे कमरे को बन्द करके रोगी को दब में बिठाना चाहिए और रोगी को स्नान कराने के पश्चात् उसके शरीर को किसी स्वच्छ और कोमल तौलियादि से साफ करके बल उदा दिया करें और फिर रोगी को कहें कि इसी मकान के अन्दर इधर उधर टहल कर विस्तर पर लेट जावें यदि भूल लगी हो तो लुधा अनुसार उचित भोजन खिलावें ।

दुग्ध स्नान के लाभ ।

महर्षि चरकने चरक संहिता में दुग्ध स्नान के लाभों का विस्तार पूर्वक वर्णन किया है इस प्रकार के दुग्ध स्नान से सैंकड़ों लाभ होते हैं शरीर के सारे रोम कूप खुल जाते हैं और विजातीय द्रव्य रोम कूपों के द्वारा खारिज हो जाते हैं । शरीर को बढी हुई उष्मा धीरे २ कम होनी शुरू हो जाती है और शरीर में शक्ति का संचार होने लगता है । तथा विजा-तिय द्रव्य निकल जाने से शरीर हल्क का फुल्का और फुर्तीला हो जाता है, कास और ज्वर दिन प्रति दिन घटने लगता है । शरीर की थकान और सुस्ती दूर होने लगती है और नींद भी भाराम और चैन से आती है । और रोगी की चिन्ता भी मिट

जाती है, चित्त प्रसन्न रहना है, और १०५ डिग्री का ज्वर इस प्रकार के स्नान से निश्चय हो १५-२० मिनट में उतर कर १०० डिग्री या इससे भी कम रह जाता है । जो रोगी पाव भर दूध हजम न कर सकता हो इस विधि से उनके शरीर में से पं दूध को शक्ति पहुँचाने लगता है और दिन प्रति दिन रोगी को आराम होने लगता है । और अन्त में शरीर आराम हो जाता है ।

निवेदन ।

जो महाशय उपरोक्त चिकित्सा विधि से लाभान्वित हों कृपया वे परिणाम से अवश्य सूचित करें ताकि अगली प्राप्ति में उनके शुभ नाम के साथ तसदीक दर्ज कर दी जावे ।

पुरुषों के गुप्त रोग ।

चूँकि दूध एक अत्यन्त ही पोष्टिक पदार्थ है । अतएव यहाँ ऐसे चुटकले लिखे जाते हैं, जिससे दूध द्वारा पुरुषों के गुप्त रोगों की सरलता पूर्वक चिकित्सा की जा सकती है ।

वर्जाकरण अवसरे ।

कुछेक भस्म जो दूध से तैयार होती है, अत्यन्त शक्ति करण और बलदायक होती है । उनका वर्जन कामाग्नि पुरुषों में

क्रिया जावेगा । अतएव यहाँ लिखने की आवश्यकता नहीं समझी । जिनको देखने की इच्छा हो वे भस्मों के प्रकरण में देख लें ।

सन्यासी बाजीकरण क्रिया ।

गाय या भैंस का तोजा दूध लेकर तत्क्षण अग्नि पर रखें जब कई उवाल आ चुके तो उसको मधु (शहद) से मीठा करके दो गिलासों में नीचे ऊपर धार बाँध कर उल्ट पुल्ट करें, यहाँ तक कि १०१ बार एक गिलास से दूसरे गिलास में उल्ट पुल्ट हो जावे । अब इसको खड़े २ पीजावें और इसी प्रकार निरन्तर ४० दिन तक यही क्रिया करें ।

लाभ ।

यद्यपि देखने में यह साधारण सी क्रिया इष्टि गोचर होती है किन्तु अनुभव बतलाता है कि इससे गिनती के दिनों में मनुष्य लाल सुख हो जाता है । तथा यह अत्यन्त बाजीकरण है ।

हकीमाना नुक्ता ।

जब दूध को दो वर्तनों में उल्ट पुल्ट किया जाता है तो उसके अधिक लाभ होने का यह कारण होता है कि इस

लोट पोट के अन्दर वायु से ऑक्सीजन का उत्तमोत्तम भण्ड दूध में सम्मिलित हो जाता है । जो स्वास्थ्य के लिये अमृत है ।

द्वितीय क्रिया ।

उपरोक्त विधि की भांति एक और भी क्रिया है जिससे सुस्ती, नामदी आदि नष्ट होकर शरीर में रक्त ही रक्त पैदा हो जाता है । चूंकि इसमें मधु ही प्रधान वस्तु है इस लिए इसका प्रयोग “मधु गुण विधान” नामक पुस्तक में देंगे ।

मैथुनोत्पन्न निर्वलता ।

अव्वल नम्बर मेड़ी का दूध डेढ़ पाव और दुग्धरे नःवर में भैंस अथवा गाय का दूध आध सेर और बाइन गोजन डेढ़ टोला मिला कर मैथुन करने के पञ्चात् पाने । इससे तत्काल ही सारी निर्वलता मिट्टों में दूर हो जाती है और इस प्रकार दुग्ध संवन करने वाला कभी भी निर्वल नहीं होने पाता ।

अत्यन्त वार्जीकरण तथा स्तम्भक दूध ।

यदि बकरी को सोमल खार एक घावल से कुछ घंटों कमशः बढ़ते २ एक माशा तक घ्राटे की गोती में जपेट कर लिजाने

छगे और उस बकरी का ताजा दूध नित्यप्रति पीते रहें तो इससे वाजीकरण शक्ति खूब बढ़ती है और प्राकृतिक स्तम्भन उत्पन्न होता है ।

इसी प्रकार का दूसरा प्रयोग ।

उपरोक्त विधि से यदि हड़ताल बर्किया खिलाना शुरू करा दें और ताजा दूध पीते रहें तो इससे भी वाजीकरण शक्ति बढ़ती है और रक्त को शुद्धि होती है ।

स्त्री रोग चिकित्सा ।

प्रकृति ने जहाँ दूध में और भी अनन्त गुण उत्पन्न किये हैं । वहाँ स्त्री रोगों के लिये भी लाभदायक बनाया है । यहाँ कुछ ऐसे प्रयोग कथन किए जाते हैं जिनसे स्त्रियाँ अपने घर में ही दूध से स्वयं अपनी चिकित्सा कर सकें ।

मासिक धर्म की अधिकता ।

यह वह अनिष्टकारी रोग है जिसे बिचारी लज्जा शील स्त्रियाँ बताती तक नहीं । इसके लिए बकरों के दूध में लोहे या मिट्टी के कुछ टुकड़े आग में लाल सूर्य करके बुमायें और इसी प्रकार दस बार बुमा कर दूध को शीतल करके पिला दें आराम हो आवेगा ।

रज की अधिकता की अक्सरी दवा ।

इस दवा के कुछ ही दिनों सेवन से रज रक्त शक्तियां ठक जाता है । चाहे प्रति दिन सेरों खून निकल जाता हो । चूंकि यह दवा सिलाखेड़ी भस्म है अतएव इसका पूरा वर्णन और बनाने की विधि इसी पुस्तक के अन्त में देखिये ।

आर्तव की कमी ।

यदि मासिक धर्म के समय रक्त थोड़ी मात्रा में आता हो तो उसको जारी करने के लिए ऊंझी का दूध गर्मा गर्म गुड़ मिला कर रोगणी को पिलायें और गर्म कपड़ा उड़ा कर बिछा दें इससे रक्त पूर्ण मात्रा में आने लगेगा ।

श्वेत प्रदर की दुग्ध चिकित्सा ।

यद्यपि यह इलाज जरा लंबा अवश्य है किन्तु है लाभदायक । दूध को पानी में मिलाकर दिन में दो बार क्लिष्ट दारु स गर्भास्थ को धुलवाया जावे और यही किया एक मास तक जारी रखें फिर रुक कर दें फिर एक मास धोने का किया करायें । इसी प्रकार ३ बार करने से अवश्य आराम होजाता है ।

योनि कण्डू ।

यह भी एक लज्जा जनक रोग है निम्नलिखित चिकित्सा

हो गिन्ती के दिनों में शर्तिया आराम हो जाता है। मलमल के साथ कपड़े को ४ तह करके दूध में भिगो कर योनि के कण्डू स्थान पर रखें इसी प्रकार दिन में ३-४ बार करें एक सप्ताह में पूर्ण लाभ होजावेगा।

कुचाओं का शोथ ।

जब स्तन दूध में भरा हुआ हो तो बालक के शिर से या और किसी तनिकसी घोट लग जाने से स्तन में गांठ सी पैदा होकर दर्द होने लगता है। यदि इसकी शीघ्र ही उचित चिकित्सा न होतो पीप पड़कर रोगणी को महीनों तक बीमार कर देती है। इसके लिए निम्नलिखित चुटकला अति लाभदायक है। किन्तु शोथ होने के दो तीन दिन के अन्दर २ हा लाभदायक है। प्रति दिन कच्चे दूध से दिन में चार बार प्रतिवार डेढ़ घन्टा टकोर करें। आशा है कि पहले दिन ही प्रयास लाभ प्रतीत होगा और तीन दिन में पूर्ण लाभ हो जावेगा।

छोटे स्तनों को बड़ा करने की विधि ।

पहले स्तनों को तोलिये और गर्म पानी से रगड़ २ कर लाल सुखे घना लिया जाय फिर भेड़ के दूध की मालिश की जाया करे तो इस विधि से छोटे स्तन बड़े हो जाया करते हैं।

योनि संकीर्ण करने की विधि ।

यह कोई आवश्यकीय तो नहीं है किन्तु कई शोकांतों को इसकी भी आवश्यकता हुआ करती है । अतएव जब कि रोगणी प्रदर रोग में ग्रसित हो तो उसके लिये यह कुटिलता न केवल अस्थायी रूप से लाभदायक है बल्कि निरन्तर कुछ दिन उपयोग में लाने से रोग का नाश भी हो जाता है ।

जब घोड़ी १५ म बार घड़ा प्रस्तुत करे तो उसका पहली बार का निकला हुआ दुग्ध लेकर उसमें कपड़ा तर करके रख दें और दूसरे दिन निकाल कर छाया में सुखा लें । घस ! दवा तैयार है । आवश्यकता के समय दो इंचों पतले स्तान करके उस कपड़े को योनि में रख लें, योनि संकीर्ण हो जावेगी ।

नोट—यदि प्रति दिन इसी क्रिया को जारी रखा जाय जय्यात् उसके कपड़े को योनि में रखा जाया करे तो इससे प्रदर रोग भी दूर हो जाता है ।

केवल तमाशबीनी या ज्ञानन्द के लिये इस प्रयोग को न करें ।

बाल रोग ।

बालकों के लिए दूध की कितनी अधिक आवश्यकता है

इसका अनुमान इस बात से पूर्णतया लगाया जा सकता है कि बालक का जन्म होते ही दूध की आवश्यकता होती है । और प्रकृति देवी नवजात शिशु को ऐसी शिक्षा देकर संसार में भेजती है कि वह उत्पन्न होते ही माता के स्तनों से चूसने लगता है । किन्तु हम यहां ऐसी चिकित्सा का वर्णन करेंगे जिससे सरलता पूर्वक बालकों के अन्यान्य रोगों की चिकित्सा की जा सके ।

कर्ण शोथ ।

यह रोग प्रायः ही इस रोग में बालकों के कान के नीचे शोथ हुआ करता है जिससे ज्वर होजाता है और कठिन पीड़ा होती है । यदि किसी तीक्ष्ण औषधि का लेप कर दिया जाये तो उसको बालक सहन नहीं कर सकता । अतएव कच्चे दूध की टकोर करने से बिना किसी कष्ट के आराम हो जाता है । कई बार की टकोर से शोथ उतर कर ज्वर भी दूर होजाता है । यदि खाने के लिए कोई अन्य ज्वरनाशक औषधि दे दी जावे तो उत्तम है ।

काली खांसी ।

इस खांसी में जब बालक खांसता है तो उसका केहरा नीला वा स्याही माइल होजाता है उसको काली खांसी कहते हैं खालिस गौ दुग्ध १० तोला, घी माशा, पानी १०

तोला । तीनों को मिलाकर इतना पकायें कि पानी जल जावे और केवल दूध व घी बाकी रह जावे । अर इसमें २ तोला मिश्री मिला कर थोड़ा २ पितावें इससे काली खांसी शर्तिया दूर हो जावेगी । यद्यपि देखने में तो यह साधारण का प्रयोग है किन्तु है बड़ा लाभदायक ।

बालक की पेचिश (मरोड़)

कभी २ जब बालक की माता सग्न गिजा जावे तो उसके कारण से बालक को नन्हीं और कमजोर आंतड़ियों में सुहा पड़कर कठिन पेचिस शुरु होती है । ऐसे समय में यदि चिकित्सक पेचिश को बन्द करने की औषधियां दें तब तो उससे लाभ के स्थान में हानि पहुँचने का भय रहता क्योंकि जब तक किसी रोचक औषधि से सुदं निकाल न दिय जाय तो पेचिश का रुकना भया वह होता है । अतएव सुदों को निकालने के लिये दो रोचक प्रयोगों का कथन किया जाता है ।

प्रथम प्रयोग ।

कस्त्रायल ३ से ६ माशा तक गर्म दूध में मिला कर और खाँड से मीठा करके बालक को पिलावें इससे नन्गला

पूर्वक दो दस्त आकर सुड़े निकल जायेंगे और पेचिश स्वमेव मिट जावेगी।

द्वितीय प्रयोग।

भेड़ का दूध ताजा रलेकर गर्मर हालत में बालक को पूतोला या न्यूनाधिक पिला दिया करें कई बार लगातार पिलाने से बिना जुलाब के सुड़े निकल कर बालक स्वस्थ हो जावेगा, अनेक बार का अनुभूत है।

बालक को मोटा ताजा बनाना।

यदि बालक को कुछ समय तक भेड़ का दूध पिलाते रहें तो इससे बालक मोटा ताजा हो जाता है और कब्ज आदि का कोई कष्ट नहीं होने पाता।

बालकों की खांसी का प्रयोग।

निम्नलिखित प्रयोग द्वारा घमन होकर बालक की छाती साफ हो जाती है और जमा हुआ कफ घमन द्वारा निकल आता है।

नासपाल लेकर उसमें बालक की माता का दूध डालकर घृति पर रख दें जब मलाई आजावे तो किसी तिनके आदि से हूर कर दें, फिर मलाई आजावेगी, वह भी उतार दें इसी प्रकार

तीन बार मलाई उतार कर बाजरे के दाने के बराबर शुद्ध गोन्ना दार डाल कर उतार लें और हिला दें।

नोसादर को शुद्ध बनाने के लिए उसकी उली को घाँटे की गोली में लपेट कर आग में रख दें और घाँटे के मुख हो जाने पर निकाल लें बस यही शुद्ध नोसादर है।

प्लेग ।

यह बड़ा भयंकर रोग है बहुत से प्राणी तो केवल इन्फेज होजाने पर भय से ही परलोक सिधार जाते हैं और कुछेक उचित चिकित्सा न होने से काल के प्राप्त हो जाते हैं यद्यपि अब तक इसकी विश्वासनीय चिकित्सा प्रतीत नहीं हुई जिसकी शत प्रतिशत सफल कहा जा सके। हम इससे पहले दो सर्वोत्तम प्रयोग अपनी अन्य रचनाओं में प्रकाशित कर चुके हैं और यहां भी एक दो चुटकले लिखते हैं। जिनका समग्र दूध से है।

प्लेग के रोगों के लिए भोजन और दवा ।

रोगी को दूध और चावल पकाकर रित्वाये और हाकी सब चीजों से परहेज करायें।

ऊपर बांधने की दवा ।

दूध चावल ही पका कर बतोर पुष्टिस्त मिश्रण पर बांधें

यदि रोगी का जीवन शेष होगा तो गिल्टी में पीव पड़ कर फूट जावेगी और ईश्वर की कृपा से रोगी को आराम हो जावेगा ।

शीतला से रक्षा ।

जिन दिनों में चेचक (शीतला) का संक्रामक रोग फैला हुआ हो यदि उन दिनों में किसी को दो सप्ताह पर्यन्त घोड़ी का दूध पिलाते रहें तो उस मनुष्य को चेचक नहीं निकलेगी ।

चेचक के बाद गर्मी ।

शीतला के रोगी को यदि उसकी गर्मी का असर नष्ट न होता हुआ दिखाई देता हो तो उसको गाय का कच्चा दूध घी और मिश्री मिलाकर पिलाया करें इससे थोड़े से दिनों में सारी गर्मी दूर हो जावेगी ।

कटि पीड़ा ।

यह रोग प्रायः वृद्ध मनुष्यों के हुआ करता है जरासे चलने फिरने या काम करने से पीड़ा बढ़ जाती है । इसको दूर करने के लिए कच्चे दूध की टकोर करना उचित है । दिनमें तीन बार और हर बार दो घंटा से कम न होनी चाहिए ।

मोटापन ।

शरीर को मोटा बनाने के लिए बकरों का फखा दूध या उसमें पानी मिलाकर पिलाना लाभदायक है ।

नाटेबालक की चिकित्सा ।

ऐसे चिकित्सक आप को बहुत कम मिलें होंगे जो इस रोग की चिकित्सा जानते हों किन्तु हम यहां एक ऐसा प्रयोग लिखते हैं जिससे ठिगना बालक लंबा होजाता है ।

ऊंठनी का दूध सेर भर लेकर फर्नड़े वार टेगियों में डाल कर उसमें २ तोला मगजबादान मीठे और ४ माशा तैयार काल सूक्ष्म करके डाल दें और मन्द २ अग्नि पर पकायें ताकि उसके अन्दर चमचा हिलाते रहें जिससे मलाई न पड़ने पावे । जब डेढ़ पाच दूध बाकी रहे तो उतार कर शीतल करें और समोष्ण दशा में २ तोला उत्तम नधु मिला कर पिला दें । यदि एक बार में न पी सके तो दो बार करके पिला दें । इसको निरन्तर एक वर्ष तक सेवन करने रहने से बालक लंबा हो जायेगा ।

कुग्धगुणा विधान
भस्म निर्माण विराट् ।

दास्टर गणपतिनिर दमो,

❀ मुर्चिछृत-सोमलखार ❀

जो कि गार्जी करण के लिए अदितीय है ।

काला सोमलखार, यदि न मिले तो सफेद संधियों
एक तोला लेकर किसी उत्तम न घिसने वाली खरल में डालें
और उसमें मेड़ का दूध डाल कर खरल करना प्रारम्भ करें
यहां तक कि पूरा चार सेर दूध खरल करने २ खपाईं । और
फिर उसको सम्भाग २०० गोलियां बनाएं । मात्रा एक गोली
खजन या मज्जाई में खिलाया करें । ना मर्द को मर्द और मर्द
को जवांमर्द दना देने में अक्षर है ।

सोमलखार मोमियां बनाना ।

बकरी का नवजात बच्चा जो जमीन पर न गिरा हो
अर्थात् हाथों में लेकर चारपाई पर रखें और उसकी मां का
दूध पेट भर कर पिलाईं फिर उसकी रध पारने उसका
आमाश्रय दुग्ध सहित पृथक करके उसमें एक तोला सोमलखार
की डली डाल कर आमाश्रय को हल पर लटकाईं और ४०
दिवस पश्चान् उतार लें मोमियां होकर निकलेगा यह द्रव्य
जायफल, जादित्री, दारचीनी प्रदेत एक २ तोला, कम्पूर
अस्सी एक माशा पोल कर मिनाई और शीशों में भरकर रखें ।

मात्रा एक रती मक्खन में डाल कर खिलाया करें अत्यन्त बाजी करण है ।

बाद फिरंग की अक्सारी गोलियां ।

एक कपूर १ तोला को १५ दिवस पर्यन्त भेड़ के दूध के साथ खरल करें और प्रतिदिन न्यूनातिन्यून पांच से सात तोला तक दूध खपा दिया करें इस प्रकार १५ दिवस पर्यन्त खरल कर चुकने के बाद चने के बराबर गोलियां बना लें । मात्रा एक गोली प्रतिदिन चूरी धी घाली के ग्रास में लपेटकर निगलवा दिया करें ।

पथ्यः—गेहूँ की रोटी लवण रहित धी के साथ खिलाते रहें करें एक सप्ताह में ही पूर्ण लाभ हो जावेगा ।

श्वेताश्रक भस्म ।

अश्रक को चूर्ण करके कूंडे में डाल दें और फिर गंधी का घृष्ट मिला कर खरल करते रहें । न्यूनातिन्यून ४ घंटा खरल करके टिकिया बनालें और कूजे में बन्द करके ४ सेर उपलों की धांच दें । इसी प्रकार प्रतिदिन खरल करते और आंच देते जावें यहां तक कि चमक बिलकुल न रहे वस भस्म तैयार है । मात्रा एक रती उचित अनुमान से दिया हुआ विद्रधि,

राज्यक्षमां और यकृत की निर्वज्जता और जीर्ण स्वर में लाभदायक है ।

कृष्णाश्रक भस्म ।

कृष्णाश्रक को अग्नि में लाल लुप्त करके बकरी के दूध में बुझाते रहें । १०-११ बार बुझाने के बाद जब पौलने योग्य कोमल होजाये तब उन्को कुण्डे में डाल कर खरल करें और बकरी का दूध सम्मिलित करते रहें । जाई घंटा खरल कर चुकने के बाद टिकियां बनायें और लगाय लम्बुट करके १० सेंटर उपलों की आंच में इसी प्रकार म्यूनातिन्यून २१ बार बकरी के दूध में खरल करके अग्नि देने चले जायें । और फिर पक्का कर सुरक्षित रखें । मात्रा एक रस्ती शर्बत बनकता के साथ देने में स्वर और प्लेग में लाभदायक है तथा अन्य रोग में भी संयत किया जा सकता है ।

अश्रक भस्म ।

जो कि वाजीकरण की उत्तमोत्तम औषधि है ।

इस प्रयोग के सामने सनस्त बाह्यताएं कुछ हैं । सम्य पर शेर बकर का काम करने वाला प्रयोग है । प्रत्येक औषधालय में पस्तुत रहना चाहिए ।

कृष्णाभ्रक या श्वेताभ्रक १ तोला सोमलखार एक तोला (सूक्ष्म पिसा हुआ) दोनों को मिलाकर खरल में डालें और भेड़ के दूध में १ घंटा तक खरल करें। और श्राव सम्पुष्ट करके (कपरोटो करने की आवश्यकता नहीं) ५ सेर उपलों की अग्नि दें और फिर पूर्वानुसार १ तोला सोमलखार मिलाकर भेड़ के दूध में खरल करें और अग्नि दें इसी प्रकार ७ बार किया करें। खाकी रंग की भस्म तैयार होगी पीस कर सुरक्षित रखें मात्रा आधि रत्ती से १ रत्ती तक मलाई में लपेट कर खिलावे और घास लगने पर दूध ही पिलाते रहें इससे ५ सेर दूध हजम हो जाता है और बाजीकरण शक्ति बहुत ही बढ़ जाती है।

मूंगा भस्म ।

मिट्टी के सराव में दो तोला शाख मूंगा डाल कर उस पर ५ तोला गौ दुग्ध डालें और मुंह पर दूसरा शराव रख कर कपरोटो करके २० सेर उपलों की आंच दें भस्म हो जावेगी। यदि एक आंच में पूरी तरह सफेद न हो तो दूसरी बार फिर दें और पीसकर रखें मात्रा एक रत्ती मस्तिष्क को बल देनेवाला और तथा ज्वरादि में लाभदायक है।

सिताखेड़ी भस्म ।

यह प्रयोग हमारे परम मित्र शफायलमुल्क हकीम दिलवर

सैन खां सहाब भट्टी द्वारा प्रेषित है एतदर्थ धन्यवाद । मिला-
बड़ी (सेलखेड़ी) आवश्यकतानुसार लेकर गों दुग्ध या दूध के
दूध में सूक्ष्म पीसकर एक २ आंस के गोले बना कर सुखाएँ
और १०-१५ सेर उपलों के मध्य में रख कर आगि देंगे और
हीतल होने पर निकाल कर खरल में सूक्ष्म पीस कर रखने
बस भस्म तैयार है ।

सेवन विधि ।

मात्रा दो २ माशा प्रातः मध्याह्न पचम् सायंकाल दारु
के दूध की लस्सी से दिया करें । यदि रक्त को एक मास तक
निरन्तर सेवन करते रहने से मासिक धर्म की अधिकता दूर
होकर पुनः इस रोग के उत्पन्न होने का भय नहीं रहता । नशान
२-२ माशा हर दूसरे घण्टे शयन उठाय या अर्क नौक में देते
रहना मलेरिया उबर को उतारने के लिए "एन्टीमैरियल" में
उत्तम सिद्ध होती है ।



रत्नों के साथ तोलने वाली पुस्तकें ।

यह वही पुस्तकें हैं जिन पर अखिल भारतवर्षीय आयुर्वेदिक एण्ड यूनानी कॉन्फ्रेंस देहली ने, फस्ट क्लास सारटीफिकेट और स्वर्ण पदक प्रदान कर लेखक को सम्मानित किया है इन पुस्तकों के विषय में लम्बे चोड़े विज्ञापन देने की तकनीक भी आवश्यकता प्रतीत नहीं होती । कारण इन पुस्तकों पर वैद्य, हकीम और डाक्टर तथा सर्व साधारण भी आसक्त हो रहे हैं । इन पुस्तकों के विषय में संसार भर के माने हुये लोगों का एक स्वर से निर्णय है कि इन पुस्तकों का प्रत्येक गृह प्रत्युत प्रत्येक जेबमें रहना अत्यावश्यक है ।

निम्नलिखित पुस्तकें यद्यपि मूल्य में साधारण हैं परन्तु गुणों में साधारण नहीं प्रत्युत बहु मूल्य हैं । यह ग्रन्थ माला इसी लिये प्रारम्भ की गई है कि इन पुस्तकों को प्रत्येक गृह में प्रस्तुत रखा जावे और इन से लाभ उठाया जावे ।

पलाण्डू चिकित्सा ।

पलाण्डू(प्याज)चाहे हमारे घरोंमें मनों पड़ा रहे परन्तु आप को क्या मालूम ? कि इसी प्याज में किन २ रोगों को दूर करने के लिये रसायनिक (अकसीरी) गुण भरे पड़े हैं । इस पुस्तक

के पढ़ने से आपको मान हो जायेगा कि व्याज में जनेक गुण हैं विशेषतः इससे पोषक शक्ति तो अप्रतिष्ठित है। किन्तु जगत्परा से हम इसे गलत तरीके से इस्तेमाल करते हैं। इस लिए इससे पूरा २ लाभ नहीं उठा सकते। इसके अतिरिक्त इस से होने वाली भस्में तथा सिंगरफ भस्म की सात विधियाँ शर्त की गई हैं। जिन में से एक तो श्वेत वर्ण सिंगरफ भस्म केवल सर्वोत्कृष्ट है जो नामरुदी के लिए सुन्दार भस्म में सर्वोत्कृष्ट औषधियों से कहीं बढ़ कर है, और ३०) ४० तोला विक्रीत है। यदि आप इस एक योग को ही बनाये लग जायें तो देश भर में प्रसिद्ध होने के अतिरिक्त मालामाल हो जायें। मूल्य केवल १-) मात्र।

० लवण गुण विधान ०

(घर का डाक्टर)

यह वही नमक (लवण) है जो राजा नानासाहबी के महलों से लेकर सर्व साधारण के घरों में प्रति दिन उपयोग में आता है। परन्तु उनको यह मालूम नहीं कि इससे कठिन रोगों का इलाज भी किया जा सकता है। इस पुस्तक में ३० रोगों की चिकित्सा केवल लवण द्वारा ही करना दिया गया है। श्वास और ज्वर के लिये तो एक पेसा प्रयोग है कि जिससे एक डाक्टर ने १५ वर्ष तक केवल नमक से ही इलाज किया

और कभी असफल नहीं हुआ गावों में जहाँ वैद्य डाक्टर नहीं होते वहाँ प्रत्येक घर में आवश्यकता पड़ने पर इस पुस्तक द्वारा स्त्रियाँ ही घरमें प्रत्येक रोग का इलाज कर लिया करेंगी।
मूल्य केवल =) मात्र ।

धातुभस्म के अनुरागियों तथा रस चिकित्सकों
को मङ्गल समाचार ।

आक (आक) गुण विधान ।

आक सर्वत्र मिलने वाला चूर्ण है किन्तु अज्ञानता वश इसका आदर नहीं करते वस्ताव में यह एक ऐसी न्यामत है कि इससे आदमी मालामाल हो सकता है। सैकड़ों सन्यासियों के जीवन की कमाई इस पुस्तक में बन्द कर दी है। यह पुस्तक धातु भस्म विद्या का सर्वोत्तम भण्डार है। पाठकों को यह बतलाने की अधिक आवश्यकता नहीं कि आक से कितनी उच्च कोटि की सर्वोत्कृष्ट धातुयें बनाई जा सकती हैं। क्योंकि यह बात सर्व सम्मत है कि आक एक ऐसा अमूल्य द्रूप (पौदा) है जिससे प्रत्येक धातु उपधातु बहुत ही सुगमता से फूँकी जा सकता है। इसके अतिरिक्त रसायन विद्या अनुरागियों के लिये भी इसमें प्रयाप्त सामग्री प्रस्तुत है। तथा रसायनिक गन्धक तेल। रसाय

निक (सुगम योग) सिंगरफ को मोम जैसा बनाना सिंगरफ का तैल बनाना, बर्किया हरताल मोमिया बनाना, सोमलान (संख्या) मोमिया बनाना, उड़ने वाली धातुओं की शिथली आदि सारांश इस पुस्तक में धातुमत्त विषा सम्बन्धी दोई बात नहीं छोड़ी, और उस पर भी आनन्द यह है कि सब धातुओं में केवल आक द्वारा ही तैयार की जाती हैं, जो कि भाग्यवश से सर्वत्र सुलभ है और सब योगों को छोड़कर इतना एक योग श्वेत वर्ण (सफेद) पैसा (ताँब) भस्म ही पेली उत्तम है कि इस पर यदि सैंकड़ों रुपये न्योझावर का दिये जाते तो क्या आश्चर्य था यह सन्यासियों के घर का भेद है । इतना ही नहीं इस पुस्तक में तिर से लेकर पाँच के नागून तक की अथवा मनुष्य शरीर में होने वाले सब रोगों की चिकित्सा भी इन्हीं आक से ही करना बताया है इसके समिचित पदों में जरा भीठी कुनैन बनाना, विद्युत प्रभाव लेप, महा रसायन, वायुमय, दमा तथा खांसी के लिये रसायन, चांगों और से लिगास भले बीते नपुस्तक नामर्द को केवल दो मात्र से ही नर्द (पुरस्कृत) बना देने वाली रसायन इत्यादि । एक २ योग जन्मोत्पत्ति है । (सूत्र १)

अष्टिक (गीठा) गुण विधान ।

वही गीठा, जिससे कापड़े नाक चिपे जाते हैं, मनुष्य के ५० रोगों के लिए नष्ट आण्ड (विरघाक) है । शिरोरोग, नाक

(दमा) उपदंश, आतशक मुत्रकृच्छ्र (सुजाक) सर्प विष, बिच्छू के विष के लिये तो जादू का सा प्रभाव रखने वाली अगद है। त्वचा रोग, अर्श (बवासीर) पुरुषों के गुप्त रोग यथा प्रमेह स्वप्न दोष शीघ्रपतन क्लैव्यता आदि रोगों की चिकित्सा भी इसी रीठे से करनी लिखी गई है इनके अतिरिक्त इससे कई एक धातु भस्मों भी तैयार की जाती हैं। अपितु इस पुस्तक के अन्त में रीठे के सावुन का एक ऐसा प्रयोग दिया गया है, जो कि बिना मसाला तथा सोडा कार्बेटिक और तैल आदि के बिना ही केवल मात्र रीठे के ही ऐसी उच्च कोटि का बनता है कि कोई भी सावुन इसकी तुलना नहीं कर सकता यही एक ऐसा बहु मूल्य योग है जिससे सहस्रों रुपया कमाया जा सकता है। घर में भी जब इच्छा हो सस्ता और चोखा सावुन बना लिया करो। मूल्य केवल १=)

वीर्य पोषक ? प्रमेहनाशक !! वाजीकरण योग ???

बबूल (कीकर) गुण विधान ।

(आश्चर्यजनक चुटकलों का संग्रह)

इस पुस्तक में बहुत ही कमाल किया गया है अर्थात् कीकर के द्वारा प्रमेह, स्वप्न दोष, नपुंसकता अर्श (बवासीर) सुजाक आदि रोगों के रसायनिक सन्यासी योग स्पष्ट लिखे

दिये हैं। अपितु कोकर से होने वाले अनुपम धातु भस्मों का भी वर्णन है। मूल्य केवल १-)

पेटेन्ट औषधियों और भारतवर्ष ।

लेखक—अनाटोमी प्रोफेसर डा. गमनकुमार वर्मा आयुर्वेदशास्त्रार्थ
(B. A. B. SC. L. M. S.)

यदि आप इंग्लैंड (भारतवर्ष) अमेरीका, जर्मनी, फ्रांस, इटाली का जगत प्रसिद्ध लगभग १५७ पेटेन्ट औषधियों को सभी सुलभे बिना परिश्रम घर बैठे सीखकर सबेरे से और रात में सोते-सोते चाहते हैं एवं लखों की दवा कोटियों में से सस्ते दवा को खरीदना चाहते हैं, किन्तु थोड़ी पुंजी द्वारा सभी विनाशक दवा देवना और मालामाल होना चाहते हैं तो आप फ़ौरन "पेटेन्ट औषधियों और भारतवर्ष" अथवा संग्रह जिसमें भारत वर्ष की विज्ञान सम्बन्धी व्यापारिक पेटेन्ट औषधियों जैसे अमृतार्णव, पौन्य सिंधु, अमृतधारा, सुभासिन्धु, सुनयन, विना, मादि और इटाली, जर्मनी, फ्रांस, अमेरिका आदि विदेशी कंपनियों की सभी पेटेन्ट औषधियाँ जिनसे कि बड़े प्रतिफल लाभों तथा कमाते हैं, इस पुस्तक में प्रोफेसर नादिर ने सही उदारता के साथ निःशुल्क भाव से उन्हीं सुलभ सुलभ प्रसिद्ध दवा दिये हैं। जिनसे साधारण आदमी निःशुल्क लाभों तथा कमा सकता है। मूल्य १।

पता—रसायन कार्यालय, रसायन भवन,
संगरिया (बीकानेर)

हिन्दी औद्योगिक साहित्य में युगान्तर उपस्थित करने वाला
अपने ढंग का अनूठा सब से सस्ता

सर्वोत्तम मासिक पत्र

रसायन ।

(१) आप अमेरीका, जापान और जर्मनी की अमूल्य क्रिया-
त्मक दस्तकारियां और व्यापार के गूढ़ रहस्य सीख कर स्वतंत्र
जीवन व्यतीत करना चाहते हैं ।

(२) यदि आप केवल मेज, कुर्सी और कलम द्वाता के
सहारे बड़ी २ कम्पनियों का पंजन्सियां लेकर सैंकड़ों रुपया
मासिक कमाना चाहते हैं ।

(३) यदि आप रुपया कमाने का सरल उपाय और नये २
कारोबार (New business) जारी करके धन संचय करने के
इच्छुक हैं ।

(४) यदि आप सौ पचास रुपया मूल धन के सहारे
व्यवसाय में प्रवृत्त होकर धनोपार्जन करना चाहते हैं ।

(५) यदि आप बिना पूंजी घर में ही सामान्य उद्योग
धन्दों का सञ्चालन करना चाहते हैं तो आज ही २॥) मनीआर्डर
द्वारा भेज कर "रसायन" के ग्राहक बन जाईये । पत्रका आकार
डिमाई अठ पेजी पृष्ठ ६४ कागज व छपाई अति उत्तम, वार्षिक
मूल्य २॥) एक प्रति का मूल्य १) प्रत्येक ग्राहक को १) मूल्य का
विशेषांक मुक्त मिलता है ।

मैनेजर-रसायन कार्यालय, संगरिया (वीकानेर)

